

*Libros de Plegarias*

EL TIKÚN  
HAKLALÍ



# **El Tikún HaKlalí**

**Ciudad de México**

## ADVERTENCIA

Trate con el debido respeto este escrito ya que ha sido elaborado con Temor al Santo bendito Él, y se encuentran dentro de éste Tehilim (Salmos) y rezos especiales donde se pronuncian nombres sagrados de nuestro bendito Creador. Evite tenerlo en lugares donde hay impureza, como: el baño, donde hay basura, donde hay ropa sucia, etc.

## SOBRE ESTE LIBRO

Este libro es una recopilación de diferentes fuentes, entre ellas: El Tikún del Rabí Najmán editado por el estimado Rabino Jaim Kramer, los Tehilim en hebreo, fonética y español fueron tomados de la página oficial de Breslev Israel. Algunos rezos fueron extraídos del libro: “La Llama en el Corazón” del estimado Rabí Natán Sternhartz, del libro “Tehilim et Ratzón” traducido y explicado por el estimado Rabino Yehuda Leví y del libro: “Empezar de Nuevo” del estimado Rabino Shmuel Stern. así como enseñanzas del rabino Yechiel Zayde.



**Editorial LeV BaSaR**

Portada, compilación, adaptación y edición  
Yehoshua Ben Jajamim (J. Alvarez-Castillo)

©5779 Comunidad Noájida Breslev

Segunda Edición

***Sin objetivo, nuestras vidas están vacías,  
El Rebe Najmán nos dirige hacia el  
objetivo final: reconocer a Dios.  
(Likutey Moharán I, 17, 18)***

## **CARTA AL LECTOR**

A ti amado lector que estás en busca de la verdad y que deseas acercarte cada día más al Santo bendito Él, te agradezco por la confianza que pones en nosotros, debes saber que cada libro que editamos tiene como objetivo acercarte al Santo bendito Él, no a través de complicaciones como lo son rituales, leyes que no tengas entendimiento o imitando al Pueblo de Israel, sino con simpleza, con las herramientas que Él bendito Es te dio como No Judío, en el lugar en el cual te encuentras, debes saber que esto es necesario para que seas feliz y encuentres el propósito de tu existencia, y con el favor de D-s juntos logremos hacer de este mundo una morada para nuestro amado Padre en el cielo.

Debes saber que nosotros no profesamos ninguna religión, ni apoyamos alguna, sino que somos participes en devolverle a la humanidad su identidad, los materiales que se elaboran tienen la finalidad de acercarte al conocimiento de una manera correcta, a través del estudio y el conocimiento genuino que fue entregado por el Santo bendito Él, por medio del Pueblo de Israel, quienes son los que recibieron la explicación de cada versículo de la Torá, y son llamados Luz para las Naciones. Es por ello, que hemos elaborado manuales de festividades judías donde explicamos las costumbres judías y como es que puede usted acercarse a ellas de manera correcta. Libros de Plegarias para que se apoye en la Conexión con Él bendito es, libros de estudio de temas que se conectan con las leyes que HaShem bendito Él pide de usted como No Judío. De manera que ponemos en sus manos una joya, pedimos que no altere dichos escritos, ni los plagie, se han hecho con temor reverencial para honra de Él bendito es, para todos aquellos que tienen hambre y sed de HaShem bendito Él, de manera que aquél que haga uso inadecuado de estos, haciendo caso omiso a esta petición, sea demandado de sus manos las almas confundidas y el daño que cause a estas.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a HaShem por darme el regalo de poder editar este libro de rezos, que sea para gloria de El bendito Es, y es el deseo de este recipiente, que haga que este libro sea de bendición para todos aquellos que reciten El Remedio General, que el Santo bendito Es les abra las puertas de la Teshuvá y puedan retornar y alcanzar las alturas que el Bendito Es desea que ustedes alcancen.

Agradezco a nuestros queridos Rabinos Yonatán D. Galed y al Rabino Yechiel Zayde, a los sabios de quienes se ha tomado parte del material aquí expuesto, no tenemos manera de pagarles por el esfuerzo dedicado y por el amor a nuestro bendito Creador, es nuestro deseo que reciban todas las bendiciones escritas en la Torá y el cumplimiento de todo los deseos de su corazón conforme a la Voluntad del Creador. Y los que se han adelantado que el mérito de este sea para la elevación de sus almas.

Sea el mérito de este libro para mi familia que me ha apoyado en todo momento, que el Santo bendito Es, les colme de bendiciones buenas y dulces siempre y proteja en todo momento sus caminos; sea para elevación del alma de mis queridos padres Lucia Castillo Flores y Claudio Alvarez Hernández, así como para todos aquellos Noájidas que en Paz descansen y Tzadikim de bendita memoria del Pueblo de Israel.

**“Recitar el Tikún HaKlalí te salva de todo tipo de desgracias, accidentes, penas, enfermedades, etc. Además sirve para que encuentres pareja, tengas paz en el hogar, tener hijos y para salir de todos los problemas”**

## **PREFACIO**

Mis queridos amigos gran parte de cada uno de nosotros anduvo por caminos inimaginables, estuvimos llenos de confusión, idolatría e hicimos cosas tan desagradables, que dudamos que tengamos perdón del Eterno bendito Es, ya que hicimos muchas cosas que nos desviaron de la verdad y nos impurificaron. Sin embargo, gracias a HaShem hoy somos testigos de la gran salvación de nuestro bendito Padre, estamos emprendiendo el camino de retorno y nuestro Rebe Najmán nos dejó dicho: ¡La desesperación no existe! ¡Si crees que se puede destruir, debes creer que se puede construir!

Es así como hoy gracias al Santo bendito Es, tenemos este libro en las manos, con el deseo de retornar y alejarnos de la impureza y todo aquello no bueno que hicimos, y es a través de este que nos conectaremos al gran Tzadik, fundamento del mundo, arroyo fluyente y fuente de sabiduría, Rabí Najmán ben Feiga que su mérito nos proteja, quien nos ayudará a encontrar el camino de retorno a nuestro Padre a través de la alegría y el agradecimiento. Es importante que antes de que recitemos los diez Tehilim, tomemos la costumbre de pedirle al Eterno bendito Es, que nos de la concentración necesaria para que podamos despertar las diez clases de canciones con las cuales se compuso el libro de Tehilim, las cuales son: Ashrei, Berajá, Maskil, Shir, Nitzuaj, Nigún, Tefilá, Hodá, Mizmor y Haleluyá.

Tengamos la confianza y sigamos el camino que nuestro querido Rebe Najmán de bendita memoria, nuestros Rabinos de Breslev y Biala nos han enseñado: Que debemos alegrarnos en cada situación y tener el hábito de hacer Hitbodedut. Esto nos llevará a tener una Emuná Integra, sabremos que HaShem bendito Es controla y dirige todo lo que existe, veremos como todo Lo que Él bendito Es hace es para nuestro bien y empezaremos a vivir, una vida con propósito. ¿Y cuál es este? Que Lo reconozcamos en cada uno de Sus caminos.

*Yehoshua Ben Jajamim 5776*

**CONTENIDO**

<b>א. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>ב. HEBREO.....</b>	<b>6</b>
<b>ג. FONÉTICA.....</b>	<b>12</b>
<b>ד. ESPAÑOL.....</b>	<b>19</b>
<b>ה. PLEGARIAS PARA DESPUÉS DE REZAR.....</b>	<b>29</b>

## 8. INTRODUCCIÓN

Cuando el Creador ordenó a Abraham a circuncidarse le dijo: “*Y tú vas a guardar mi pacto (“Brit”), tú y tus descendientes, por todas las generaciones*” (Bereshit, 17: 9).

A raíz de este enunciado, la circuncisión fue siempre conocida como “*el Pacto*”- “*Brit*”. A pesar de que la Torá utiliza la palabra “*Brit*” también en otros contextos, el uso más común de ésta palabra es el referido a la circuncisión. ¿Por qué? ¿Qué tiene de especial la circuncisión para merecer ser llamada “*el Pacto*”, el acuerdo entre el Creador y el pueblo Judío?

El profeta Yeshayahu (60:21) dice: “*Y Tu pueblo son todos Tzadikim (Justos)*”. El Zohar (I: 93a) pregunta como es posible decir que todos los Judíos son Tzadikim cuando vemos que algunos no lo son. La respuesta es que el hecho de ser circuncidados y que circuncidan a sus hijos, eleva a los Judíos a la categoría de Tzadikim. En “*Likutey Moharán*” (I, 23), Rabí Najmán también afirma que los Judíos son todos Tzadikim por tener el “*Brit*”, y Rabí Natán explica que el “*Brit*” aquí, se refiere a la circuncisión.

Sin embargo este “*Brit*”, este pacto entre el Judío y el Creador, no termina en la circuncisión. En esa misma enseñanza del “*Likutey Moharán*”, Rabí Najmán explica también que el Judío que cuida su “*Brit*” es considerado “*Tzadik*” en relación con otro Judío, que no ha alcanzado el mismo nivel de pureza con respecto al cuidado del “*Brit*”. La circuncisión es el primer paso que introduce al hombre Judío a la categoría de “*Tzadik*”, ya que sin esta mitzvá él no puede llegar a tener una mínima conexión con los verdaderamente grandes Tzadikim. Aún así, todo Judío debe continuar cuidando y santificando su “*Brit*”, evitando el uso inadecuado de esta parte de su cuerpo, la cual fue dedicada a la pureza y santidad en el momento que se cumplió el precepto de la circuncisión. Aunque esto fue dicho sólo para el Judío también tiene un beneficio en el No Judío, primeramente en el aspecto físico al no estar la cobertura del glande, es menos propenso a enfermedades (D-s libre). Sin embargo, el resultado mayor es



cuando tiene conciencia de lo que representa, ya que estaría quitando una cáscara (klipá) y reduciendo su inclinación a la lujuria, y este sería un recordatorio para él, de que debe respetar la ley Noájida de No a las Relaciones Sexuales Ilícitas.

Un Noájida al casarse, entra en un pacto al firmar un contrato de matrimonio, donde cumplirá con alimentar, vestir y cumplir en la intimidad a su esposa. Por lo que, en todo momento debe esforzarse por serle fiel, por ello tiene la ley que le prohíbe las relaciones sexuales ilícitas, para que no caiga en incumplimiento. Este pacto correspondería al “Brit”, no es un pacto como el de Abraham y D-s, sino entre tres: D-s, su esposa y él.

Así también el derramar simiente es considerado una transgresión, que corresponde a la prohibición de Asesinar e inclusive se estaría violando también la prohibición de Idolatría, dado que quien toma esta actitud estaría diciéndole a HaShem que además de Él, él tiene existencia y puede decidir si puede tener hijos o no, de manera que se estaría considerando que tiene en sus manos el poder de dar vida o no, lo cual es una falta de sinceridad, porque no comprende que es HaShem quien controla y dirige todo, y que él está recibiendo la bendición del Creador de poder asociarse con Él bendito Es al cuidar de un alma y encaminarla, enseñándole el camino de HaShem, las buenas acciones y la ética y moral para que sea un ser humano completo, y al hacer esto está mejorando el mundo, creando una morada para HaShem, aquí en este mundo físico.

De manera que si se realiza la intimidad con métodos anticonceptivos o se derrama la simiente en el suelo, es como decirle al Creador bendito Es: “HaShem te ayudo, porque puedes cometer el error de enviar una nueva criatura a este mundo por mi conducto y eso no es correcto, ya que es muy difícil mantener un niño y no sabes como complicaría nuestra vida”. D-s libre decir tal cosa, sin embargo nos enseña el Rabí Yonatan que cuando se realizan acciones contrarias a la Voluntad del Creador bendito Es, en realidad se habla así, blasfemando y siendo cruel, ya que se le quita la oportunidad al alma de que nazca, y por ende la oportunidad de cumplir preceptos, por lo que, se estaría cayendo en Robo, además de ello, se está dando la santidad al ‘otro lado’,

lo cual conduce al alma a un nivel inferior de lo que el Creador bendito Es pide del hombre, ya que queda a merced de su mala inclinación, por lo que se vuelve esclavo de sus deseos más bajos.

Esta escrito en Mija (Miqueas) 6.8: *“Se te ha dicho, hombre qué es bueno y qué requiere de ti el Eterno: sólo hacer justicia, amar la misericordia y andar humildemente con tu Dios”* y en Kohelet (Eclesiastés) 12.13-14 está escrito: *“Habiendo sido todo escuchado, he aquí la conclusión del asunto: Teme a Dios y cumple Sus mandamientos porque en eso está el hombre íntegro. Por cuanto Dios traerá a juicio toda obra, toda cosa encubierta, ya sea buena o no buena. Habiendo sido todo escuchado, he aquí la conclusión del asunto: Teme a Dios y cumple Sus mandamientos porque en eso está el hombre íntegro”*. Esto se logra cuando servimos con todo el corazón, con todo el alma y con todas las fuerzas al Santo bendito Es, lo cual consiste en que cada acción se haga para servir a HaShem y no para complacer nuestros deseos (instintos), ya que al hacer esto se esta trayendo -D-s libre oscuridad al mundo-. Con lo cual no se cumple en hacer una morada para HaShem en este mundo físico, que es el propósito de establecer Leyes y Cortes de Justicia.

Es importante ver como una transgresión lleva a cometer más transgresiones, como ésta, que al no cuidar el pacto con la esposa, al no tener las intenciones correctas en la intimidad, al evitar seguir las leyes establecidas por D-s, al no tomar nuestro rol como hombres, se transgreden las siete leyes que se nos han ordenado cumplir. De manera que dejamos de ser hombres, perdemos esa imagen que HaShem bendito Es dio, se deja de ser corona de la creación, y se cae a un nivel de ser bestia.

Al ahondar en este tema, se puede entender porque la transgresión del pacto nos lleva a cometer más transgresiones, el Rebe Najmán en su libro *Likutey Moharán I, 134*, indica que siempre debemos buscar dar vida, la enseñanza es como sigue: *“Es una devoción muy grande dar un discurso de Torá aunque sea a una sola persona, y más aun a mucha gente. Uno debe cuidarse de no decir algo inapropiado para el intelecto del oyente. Pues ese es un aspecto de adulterio: arrojar las gotas del intelecto aun lugar a donde uno no debe. Eso es llamado “en vano”, porque de ellos no*

*“nace” nada. Más aún, a veces es llamado literalmente adulterio, porque [aquello a lo cual] le da nacimiento y [que] genera está fallido y dañado. En otras palabras debido a ello el oyente hace algo que no debería hacer, considerando su nivel. Así, al dar un discurso de Torá, es posible hacer que la inclinación [al mal] abrume a la persona con deseos inmorales, D-s no lo permita”.* Aquí estamos ante una situación en la cual, no se enseña correctamente, o cuando se enseña sin tener temor de D-s, e inclusive cuando no se hace lo que se aprende, esto es no valorar las palabras de Torá que se han recibido de los sabios de Israel. Al analizar esto, se puede ver que raíz del problema se encuentra en los pensamientos, los cuales se manifiestan en palabras y culminan en acciones; y estas acciones dependerán de lo que se ha aprendido.

Entonces una forma de ver el cuidado del pacto, es que hace referencia a la fidelidad al Santo bendito Es, por lo que, es de gran importancia tener un Rabino, y elegir con mucho cuidado a este, porque de él dependerá nuestro éxito, debemos sentir que nos habla a nuestro nivel de comprensión, debemos de preguntarle las dudas al nivel de poder comprender y llevar a la práctica lo aprendido. Dado que como vimos, no hacer una buena elección -D-s libre- lleva a dañar el intelecto, lo cual a su vez dañará nuestras palabras y finalmente nuestras acciones. Y como consecuencia de todo esto, las vestimentas de nuestra alma -D-s libre- estarán sucias, significando que no estamos sirviendo a HaShem sino a otro dios -el Eterno nos guarde-, lo cual es la profanación del pacto y la transgresión a la ley de No Idolatrar.

En *“Likutey Moharán”* (I, 2 y 130) Rabí Najmán cita al Zohar diciendo que la Mala Inclinación (*“Yetzer Hará”*) enfoca su influencia en los asuntos de moralidad. Una vez alguien le estaba contando a Rabí Najmán sobre la grandeza de cierto Tzadik. Rabí Najmán le preguntó: *“¿Cómo se comporta él con respecto a aquel apetito?”*, El Jasid le contestó: *“¿Cómo puede alguien saberlo?”*. El Rabí le respondió: *“¡Pero eso es lo esencial! Todos los demás apetitos pueden ser fácilmente superados, pero la verdadera grandeza de un Tzadik se mide según su purificación con respecto a aquel deseo”* (Jayei Moharán, 601). En *“Likutey Halajot”* (Hiljot Kidushín 3:3, Hiljot Najalot 3:2) Rabí Natán

escribe que hay miles y miles de niveles en la santificación del “*Brit*”. Cada persona debe rezar y luchar por alcanzar la perfección, sin embargo, el primer nivel consiste en observar todas las leyes de la Torá (Escrita y Oral) concernientes a asuntos de moralidad y relaciones matrimoniales. El libro “*La Senda de los Justos*” (“*Mesilat Yesharim*”) del Rabí M. Luzzato (cap. 18) dice que el nivel de “*Jasidút*” corresponde al cumplimiento de los Preceptos de la Torá más allá de lo obligatorio para toda persona. Pero un “*Jasid*” que ama a su Creador, busca ampliar su campo de obligaciones, de manera que aumente la complacencia que le cause a Él bendito Es.

Rabí Najmán de Breslev (*Likutey Moharán* I, 11) señala que existen dos formas de cuidar el “*Brit*”: 1) Absteniéndose de las relaciones prohibidas por la Torá; y 2) Santificándose aún más allá de ese nivel. La primera categoría es llamada “*Unión Baja*” (*Yijudá Tataá*) la cual corresponde al versículo que decimos en la plegaria “*Bendito es el Nombre de Su majestad gloriosa por siempre jamás*” (“*Baruj Shem Kevod Maljuto LeOlam Vaed*”). La segunda categoría se llama “*Unión Alta*” (*Yijuda Ilaá*) y corresponde al versículo “*Escucha Israel*” (“*Shemá Israel*”). La Torá no espera que todos alcancemos la pureza de los grandes *Tzadikim*, eso no significa que debemos dejar nuestro nivel de pureza estático, sino que se espera de nosotros continuar constantemente purificándonos y elevándonos, tanto en el área del pensamiento, como del habla y de las acciones.

En *Likutey Moharán* (II, 48), Rabí Najmán escribe que cada movimiento que aleje al hombre del mundo material y lo acerque al Creador es “*muy valioso*”. Un minúsculo progreso de la persona en este mundo constituye un inmenso avance en el Cielo. Rabí Najmán nos ilustra esto con un cuento (Los Relatos del Rabí Najmán, #16 - “*El Santo Melancólico*”), donde nos relata sobre un *Tzadik* que atravesó miles de millas en los mundos elevados del Cielo pero cuando regresó a la tierra se encontró que estaba muy cerca de su punto original de partida. Por lo tanto, el nivel espiritual del hombre no es estático, así como tenemos la posibilidad de elevarnos, corremos también el peligro de caer. Es importante aprender a contemplar esa posibilidad para estar preparados y ser capaces de hacer todo lo que esté a nuestro

alcance para no descender más bajo de los límites mínimos que nos impone la Torá. Al mismo tiempo, en las caídas, no debemos nunca perder las esperanzas, ya que de ahí podemos ascender nuevamente a alturas aún más elevadas del nivel que habíamos alcanzado previamente. Muy frecuentemente, un descenso es una preparación para un avance significativo, como lo recuerdan a menudo Rabí Najmán y Rabí Natán en sus escritos.

Si una persona no logró frenar su caída a tiempo y llegó a transgredir claras prohibiciones, tiene que estar preparada incluso para ello. En *Likutey Moharán* II, 12) dice Rabí Najmán: “*que en las más bajas profundidades, cuando la persona se siente atrapada en el fango, justo allá, tiene la posibilidad de alcanzar los más altos niveles de santidad que están ocultos ahí, esto solamente si se ha propuesto firmemente buscar al Creador*”. Además nos enseña que la desesperación no tiene ningún sentido, porque puede llevar a la persona a hundirse aún más profundamente. La pregunta es: ¿Cómo puede uno no desesperarse entendiendo la seriedad de tales transgresiones morales? ¿Cómo es posible no desesperarse cuando está escrito en el Zohar (219b) que el arrepentimiento no ayuda con respecto al pecado de Er y Onán, el pecado del “*Brit*”? Rabí Najmán nos aclara (Conversaciones del Rabí Najmán, 71) que el Zohar en esto no debe ser entendido literalmente. El arrepentimiento siempre ayuda, y lo más importante es no repetir el error cometido. Rabí Najmán declaró que el daño causado por estas transgresiones puede ser rectificado por completo por medio del arrepentimiento, la sumersión en la Mikvé y la recitación de Diez Salmos específicos (16, 32, 41, 42, 59, 77, 90, 105, 137, 150). Tzadikim anteriores a él intentaron encontrar caminos para rectificar este pecado, por ejemplo el “*Shlá*” y “*Yesod Yosef*” del Rabí Yosef Ben Shlomo de Posen, quien abordó ampliamente este tópico. Pero ellos no garantizaron que sus recomendaciones corrijan por completo estas transgresiones. Después de esto, la persona debe continuar en su lucha por la perfección, sin volver a preocuparse más por ese episodio.

Estos Diez Salmos son conocidos como el Tikún Haklalí. En *Likutey Moharán* (I, 29), Rabí Najmán explica que la rectificación de todas las transgresiones de una persona es sumamente difícil,

pero si esta logra rectificar las transgresiones asociadas con el *Brit*, el cual incluye en sí todas las demás transgresiones, entonces, las habrá rectificado todas. Es por esto que la rectificación del *Brit* es denominada *Tikún HaKlalí* que su traducción literal es “La rectificación general” o “El remedio general”. Rabí Najmán declaró que estos Diez Salmos tienen un poder especial y prometió ante dos testigos, que toda persona que los recite al lado de su tumba en Uman y de una moneda para caridad (una mínima donación) en su honor, entonces Rabí Najmán personalmente va a hacer todo lo que esté a su alcance para ayudar a esa persona a escapar de las profundidades, sin importar cuan profundo haya caído.

Dar caridad es muy importante, porque cuando la persona entrega parte de su ingreso para caridad, eleva todos los asuntos materiales. La caridad es la porción elegida de aquello que obtiene. Al entregarla demuestra que su objetivo principal al ganar el dinero es lo espiritual. Todos sus asuntos materiales son dirigidos por lo tanto en esa dirección. Dar caridad muestra así una orientación nueva y más verdadera del mundo material, mientras que la alabanza de los *Tzadikim* le da una nueva orientación al lenguaje. La caridad y la alabanza de los *Tzadikim* son aspectos del *Tikún HaKlalí*, del Remedio General: “Cada cosa individual sólo puede ser rectificada a través del Remedio General según se le aplica. El Remedio General actúa primero elevando y realzando la mente y el intelecto para de este modo traer desde ellos la limpieza para rectificar todas las faltas. El Remedio General debe ser ejecutado primero; entonces todos los detalles individuales se arreglarán por sí mismos. Es posible que el Remedio General sea más elevado y más exaltado que el remedio individual para cada detalle. Sin embargo, el remedio de cada uno depende de hacer descender la limpieza desde el intelecto y la mente. La mente sólo puede ser elevada a través del Remedio General. Es por esto que primero es necesario ir al nivel más elevado, el nivel del Remedio General, para así rectificar y elevar la mente. Entonces todo lo demás será reparado de por sí”.

Con esta idea el Rebe Najmán nos dice que el *Tikún HaKlalí*, el Remedio General, es la manera de reparar el daño causado por los pecados que hemos cometido.

**2. HEBREO**

**Plegaria antes de recitar los Salmos:**

"יהי רצון מלפניך ?? אלהינו ואלהי אבותינו הבוחר בך דוד עבדו ובזרעו אחריו והבוחר בשירות ותשבחות, שתפן ברחמים אל קריאת מזמורי תהלים שאקרא כאלו אמרם דוד המלך עליו השלום בעצמו זכותו וגן עלינו. ויעמד לנו זכות פסוקי תהלים וזכות תבותיהם ואותיותיהם ונקודותיהם וטעמיהם והשמות היוצאים מהם מראשי תבות ומסופי תבות, לכפר פשעינו ועונותינו וחסאתינו, ולזמר עריצים ולהכרית כל החוחים והקוצים הסובבים את השושנה העליונה ולחבר אשת נעורים עם דודה באהבה ואחה ורעות, ומשם ימשך לנו שפע לנפש רוח ונשמה לטהרנו מעונותינו ולסלח חסאתינו ולכפר פשעינו, כמו שסלחת לדוד שאמר מזמורים אלו לפניך, כמו שנאמר גם ?? העביר חטאתך לא תמות. ואל תקחנו מהעולם הזה קדם זמננו עד מלאת שנותינו בהם שבעים שנה באפן שנוכל לתקן את אשר שחתנו. וזכות דוד המלך עליו השלום וגן עלינו בעדנו שתאריך אפך עד שובנו אליך בתשובה שלמה לפניך. ומאוצר מתנת חנם חננו, כדכתיב וחנותי את אשר אחן ורחמתי את אשר ארחם. וכשם שאנו אומרים לפניך שירה בעולם הזה כך נזכה לומר לפניך ?? אלהינו שיר ושבחה לעולם הבא. ועל ידי אמירת תהלים תתעורר חבצלת השרון ולשיר בקול נעים בגילת ורגו, כבוד הלבנון נתן לה, הוד והדר בבית אלהינו במהרה בימינו אמן סלה:"

**Preparación antes de decir los Salmos:**

"הריני מזמן את פי להודות ולהלל ולשבח את בוראי לשם יחוד קדשא בריך הוא ושכינתה ברחילו ורחימו על ידי ההוא טמיר ונעלם בשם כל ישראל:"

**La Unión y conexión con los Justos (Hitkashrut) antes de recitar los Salmos:**

"הריני מקשר עצמי באמירת העשרה מזמורים אלו לכל הצדיקים האמתיים שבדורנו. ולכל הצדיקים האמתים שוכני עפר. קדושים אשר בארץ המה. ובפרט לרבנו הקדוש צדיק יסוד עולם נחל נובע מקור חכמה רבנו נחמן בן פינא שגילה תיקון זה, זכותם וגן עלינו ועל כלישראל אמן:"

"לכו נרננה ליהוה, נריעה לצור ישענו: נקדמה פניו בתודה, בזמרות נריע לו: פי אל גדול יהוה, ומלך גדול על כל אלהים:"

"ואתה קדוש יושב תהלות ישראל:"

**El Tikún Haklalí (התקון הכללי):**

טז

א<sup>א</sup> מַכְתָּם לְדוֹד, שְׁמַרְנִי אֵל כִּי חֲסִית בָּךְ: ב<sup>ב</sup> אֲמַרְתָּ לַיהוָה, אֲדַנִּי אֶתָּה, טוֹבֹתַי בֵּל עָלֶיךָ: ג<sup>ג</sup> לְקַדוּשִׁים אֲשֶׁר בְּאַרְץ הַמָּה, וְאֲדִירִי, כָּל חֲפָצֵי בָם: ד<sup>ד</sup> יָרְבוּ עֲצוּבוֹתַם, אַחַר מְהֵרוּ, בֵּל אֲסִיף נִסְפֵיהֶם מִדָּם, וּבֵל אֲשֶׁא אֶת שְׁמוֹתֶם עַל שְׁפָתַי: ה<sup>ה</sup> יְהוֹהֲמַנְתָּ חֲלָקֵי וְכוֹסֵי, אֶתָּה תוֹמִיף גּוֹרְלֵי: ו<sup>ו</sup> חֲבָלִים נִפְלוּ לִי בִנְעָמִים, אִף נִחַלְתָּ שְׁפָרָה עָלַי: ז<sup>ז</sup> אֲבָרַךְ אֶת יְהוָה, אֲשֶׁר יַעֲצָנִי, אִף לִילוֹת יִסְרוּנִי כִלְיוֹתַי: ח<sup>ח</sup> שְׁוִיתִי יְהוָה לְנִגְדֵי תַמִּיד, כִּי מִימֵינִי בֵּל אֲמוּט: ט<sup>ט</sup> לָכֵן שָׁמַח לְבִי, וַיִּגַּל כְּבוֹדִי, אִף בְּשָׂרֵי יִשְׁכֹּן לְבָטַח: י<sup>י</sup> כִּי לֹא תַעֲזוֹב נַפְשִׁי לְשֹׂאֵל, לֹא תִתֵּן חֲסִידְךָ לְרֹאוֹת שְׁחַת: יא<sup>יא</sup> תוֹדִיעֵנִי אַרְח חַיִּים, שִׁבְעַ שְׁמַחוֹת אֶת פְּנֶיךָ, נְעֻמוֹת בִּימִינְךָ נֹצַח:

לב

א<sup>א</sup> לְדוֹד מִשְׁכִּיל, אֲשֶׁרִי נְשׁוּי פֶשַׁע, כְּסוּי חֲטָאָה: ב<sup>ב</sup> אֲשֶׁרִי אָדָם לֹא יַחֲשֵׁב יְהוָה לוֹ עוֹן, וְאִין בְּרוּחוֹ רְמִיָּה: ג<sup>ג</sup> כִּי הִחַרְשִׁתִּי, בְּלוֹ עֲצָמֵי, בְּשִׂאֲגָתִי כָּל הַיּוֹם: ד<sup>ד</sup> כִּי יוֹמָם וְלַיְלָה תִכְבַּד עָלַי יְדָךְ, נְהַפֵּף לְשִׁדְי, בְּחִרְבְּנֵי קִיץ סֵלָה: ה<sup>ה</sup> חֲטָאתִי אֹדִיעֶךָ, וְעוֹנֵי לֹא כִסִּיתִי, אֲמַרְתִּי, אֹדְדָה עָלַי פֶּשַׁעִי לַיהוָה, וְאֶתָּה נִשְׂאֶת עוֹן חֲטָאתִי סֵלָה: ו<sup>ו</sup> עַל זֹאת יִתְפַּלֵּל כָּל חֲסִיד אֱלֹהֵיךָ, לְעַת מִצָּא, רַק לְשִׁטּוֹף מִים רַבִּים אֲלִיו לֹא נִגִיעוּ: ז<sup>ז</sup> אֶתָּה סִתָּר לִי, מִצָּר תִּצָּרְנִי, רְנִי פִלֵּט תִּסּוּבְבֵנִי סֵלָה: ח<sup>ח</sup> אֲשַׁכִּילְךָ, וְאוֹרְךָ בְּדָרְךָ זֶה תִלְךָ, אִיעֲצָה עָלֶיךָ עֵינֵי: ט<sup>ט</sup> אֵל תִּהְיוּ כְּסוּס, כְּפָרָד, אִין הַבַּיִן, בְּמַתְג וְרִסוֹן עֲדִיו לְבָלוֹם, בֵּל קָרַב אֱלֹהֵיךָ: י<sup>י</sup> רַבִּים מְכֹאֲבוּים לְרַשָּׁע, וְהַבּוֹטֵחַ בַּיהוָה חֲסֵד יִסּוּבְבֵנוּ: יא<sup>יא</sup> שְׁמַחוּ בַיהוָה, וַיְגִילוּ צַדִּיקִים, וְהִרְנִינוּ כָּל יִשְׂרָאֵל:

מא

א<sup>א</sup> לְמַנְצַח מְזֻמּוֹר לְדוֹד: ב<sup>ב</sup> אֲשֶׁרִי מִשְׁכִּיל אֵל דָּל, בְּיוֹם רָעָה יִמְלֹטְהוּ יְהוָה: ג<sup>ג</sup> יְהוָה יִשְׁמְרֵהוּ וַיַּחֲיֵהוּ, וְאֲשֶׁר בְּאַרְץ, וְאֵל תִּתְּנֵהוּ בְנִפְשׁ אִיבֵיו: ד<sup>ד</sup> יְהוָה יִסְעֲדֵנוּ עַל עֵרֶשׁ דָּוִי, כָּל מִשְׁכָּבוֹ הַפְּכֵת בְּחִלּוֹ: ה<sup>ה</sup> אֲנִי אֲמַרְתִּי, יְהוָה חֲנִנִי, רַפְּאָה נַפְשִׁי כִּי חֲטָאתִי לָךְ: ו<sup>ו</sup> אוֹיְבֵי יִאֲמְרוּ רַע לִי, מָתַי גְּמוּת וְאֲבָד שְׁמוֹ: ז<sup>ז</sup> וְאִם בָּא לְרֹאוֹת, שׁוּא יְדַבֵּר, לְבוֹ יִקְבֹּץ אֲוֹן לוֹ, יִצָּא לַחוּץ יְדַבֵּר: ח<sup>ח</sup> יַחַד עָלַי יִתְלַחֲשׁוּ כָּל שׁוֹנְאֵי, עָלַי יַחֲשִׁבוּ רָעָה לִי: ט<sup>ט</sup> דַּבֵּר בְּלִיעַל יִצּוֹק בּוֹ, וְאֲשֶׁר שָׁכַב לֹא יוֹסִיף לְקוּם: י<sup>י</sup> גַּם אִישׁ שְׁלוֹמִי, אֲשֶׁר בְּטַחְתִּי בּוֹ אוֹכַל לַחֲמִי, הַגְּדִיל עָלַי עֶקֶב: יא<sup>יא</sup> וְאֶתָּה יְהוָה, חֲנִנִי וְהַקִּימֵנִי, וְאֲשַׁלְּמָה לָּהֶם: ב<sup>ב</sup> בּוֹזֹאת יְדַעְתִּי כִּי חֲפָצָת בִּי, כִּי לֹא יָרִיעַ אִיבֵי עָלַי: ג<sup>ג</sup> וְאֲנִי בְּתַמִּי תַמְכֵת בִּי, וְתִצִּיבֵנִי לְפָנֶיךָ לְעוֹלָם: ד<sup>ד</sup> בְּרוּךְ יְהוָה, אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל, מֵהָעוֹלָם וְעַד הָעוֹלָם אֲמֵן וְאֲמֵן:

מב

א<sup>א</sup> לְמַנְצַח מִשְׁכִּיל, לְבַנֵּי קָרַח: ב<sup>ב</sup> כְּפֹאֵל תַּעֲרַג עַל אֶפְיָקֵי מַיִם, כֵּן נַפְשִׁי תַעֲרַג אֱלֹהִים: ג<sup>ג</sup> צְמָאָה נַפְשִׁי לְאֱלֹהִים, לְאֵל חַי, מָתַי אָבוּא וְאֶרְאָה פְּנֵי



אֱלֹהִים: <sup>7</sup> הִיִּתָּה לִי דַמְעָתִי לְחֵם יוֹמָם וְלַיְלָה, בְּאֹמֶר אֱלִי כֹל הַיּוֹם, אֵינָה אֱלֹהִיךָ: <sup>8</sup> אֵלֹהֵי אֲזַכְרָהּ, וְאֶשְׁפָּכָה עָלַי נַפְשִׁי, כִּי אֶעֱבֹר בַּסָּף, אֲדַדְסָם עַד בַּיִת אֱלֹהִים בְּקוֹל רִנָּה וְתוֹדָה, הַמּוֹן חוֹגֵג: <sup>9</sup> מֵהַ תִּשְׁתַּוְּחָחִי נַפְשִׁי וְתַהֲמִי עָלַי, הוֹחִילִי לְאֱלֹהִים, כִּי עוֹד אֹדְנוּ יְשׁוּעוֹת פָּנָיו: <sup>10</sup> אֱלֹהִי, עָלַי נַפְשִׁי תִשְׁתַּוְּחָח, עַל כֵּן אֲזַכְּרֶךָ מֵאֲרָץ יִרְדֵּן וְחַרְמוֹנִים, מִהַר מִצְעָר: <sup>11</sup> תַּהוֹם אֶל תַּהוֹם קוֹרָא, לְקוֹל צְנוּרִיךָ, כֹּל מִשְׁבְּרִיךָ וְגִלְיָד עָלַי עָבְרוּ: <sup>12</sup> יוֹמָם יֵצְוֶה יְהוָה חֲסִדוֹ, וּבַלַּיְלָה שִׁירָה עִמִּי, תִּפְלָה לְאֵל חַיִּי: <sup>13</sup> אֹמְרָה לְאֵל סֹלְעִי, לְמָה שְׁכַחְתָּנִי, לְמָה קִדְרְ אֶלְדָּךְ בְּלַחַץ אוֹיֵב: <sup>14</sup> בְּרָצַח בְּעַצְמוֹתַי, חֲרַפּוֹנִי צוֹרְרִי, בְּאֹמְרָם אֱלִי כֹל הַיּוֹם אֵינָה אֱלֹהִיךָ: <sup>15</sup> מֵהַ תִּשְׁתַּוְּחָחִי נַפְשִׁי, וּמָה תַהֲמִי עָלַי, הוֹחִילִי לְאֱלֹהִים, כִּי עוֹד אֹדְנוּ יְשׁוּעוֹת, פָּנָי וְאֱלֹהִי:

## נט

<sup>16</sup> לְמַנְצַח, אֶל תִּשְׁחַת, לְדוֹד מִכְתָּם, בְּשֶׁלַח שְׂאוּל, וַיִּשְׁמְרוּ אֶת הַבַּיִת לְהַמִּיתוֹ: <sup>17</sup> הַצִּילֵנִי מֵאִיִּבִי, אֱלֹהִי, מִמֵּתְקוֹמָמִי תִשְׁגָּבֵנִי: <sup>18</sup> הַצִּילֵנִי מִפְּעֲלֵי אֲוֹן, וּמֵאֲנָשֵׁי דָמִים הוֹשִׁיעֵנִי: <sup>19</sup> כִּי הִנֵּה אָרְבוּ לְנַפְשִׁי, יַגִּירוּ עָלַי עֲזָיִם, לֹא פִשְׁעִי וְלֹא חַטָּאתִי יְהוָה: <sup>20</sup> בְּלֵי עוֹן, יִרְצוּן וַיִּפְּנֹנוּ, עוֹרָה לְקִרְאָתִי וּרְאָה: <sup>21</sup> וְאַתָּה יְהוָה אֱלֹהִים צָבָאוֹת, אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל, הַקִּיצָה לְפָקֵד כֹּל הַגּוֹיִם, אֶל תַּחֲוֹן כֹּל בְּגִדֵי אֲוֹן סֵלָה: <sup>22</sup> יִשׁוּבוּ לְעָרְב, יִהְיוּ כַכֶּלֶב, וַיִּסּוּבּוּ עִיר: <sup>23</sup> הִנֵּה יִבְעִיעוּן בְּפִיהֶם, חֲרָבוֹת בְּשִׁפְתוֹתֵיהֶם, כִּי מִי שָׁמַע: <sup>24</sup> וְאַתָּה יְהוָה תִּשְׁחַק לָמוֹ, תִּלְעַג לְכָל גּוֹיִם: <sup>25</sup> עֲזוּ, אֲלִיף אֶשְׁמְרָה, כִּי אֱלֹהִים מִשְׁגָּבִי: <sup>26</sup> אֱלֹהֵי חֲסָדִי, יִקְדָּמֵנִי, אֱלֹהִים יִרְאֵנִי בְּשִׁרְרִי: <sup>27</sup> אֶל תַּהַרְגֵם כֵּן יִשְׁכַּחוּ עִמִּי, הִנְיַעְמוּ בְּחִילָךְ, וְהוֹרִידְמוּ, מִגִּנְנוּ אֲדָנִי: <sup>28</sup> חֲטָאוֹת פִּימוֹ, דָּבַר שִׁפְתֵימוֹ, וַיִּלְכְּדוּ בְּגֹאוֹנָם, וּמֵאֲלָה וּמִכַּפֶּחַשׁ יִסְפְּרוּ: <sup>29</sup> כִּלְהַ בַּחֲמָה, כִּלְהַ, וְאֵינָמוּ, וַיִּדְעוּ כִּי אֱלֹהִים מוֹשֵׁל בַּיַּעֲקֹב לְאַפְסֵי הָאָרֶץ סֵלָה: <sup>30</sup> וַיִּשְׁבוּ לְעָרְב, יִהְיוּ כַכֶּלֶב, וַיִּסּוּבּוּ עִיר: <sup>31</sup> הִמָּה יִנְיַעוּן לְאָכֵל, אִם לֹא יִשְׁבְּעוּ, וַיִּלְיֵנוּ: <sup>32</sup> וְאֵנִי אֲשִׁיר עָדָךְ, וְאַרְגֵּן לְבַקֵּר חֲסָדָךְ, כִּי הֵייתָ מִשְׁגָּב לִי וּמְנוֹס בְּיוֹם צָר לִי: <sup>33</sup> עֲזֵי, אֲלִיף אֲזַמְרָה, כִּי אֱלֹהִים מִשְׁגָּבִי אֱלֹהֵי חֲסָדִי:

## עז

<sup>34</sup> לְמַנְצַח עַל יְדוֹתוֹן לְאַסָּף מְזֻמּוֹר: <sup>35</sup> קוֹלִי אֶל אֱלֹהִים, וְאַצְעָקָה קוֹלִי אֶל אֱלֹהִים, וְהֶאֱזִין אֱלִי: <sup>36</sup> בְּיוֹם צָרְתִי אֲדַנִּי דַרְשֵׁתִי, יָדִי לִלְהַ נִגְרָה, וְלֹא תִפּוֹג, מֵאֲנָה הִנָּחַם נַפְשִׁי: <sup>37</sup> אֲזַכְּרָה אֱלֹהִים, וְאַהֲמִינָה, אֲשִׁיחָה וְתִתְעַטֵּף רוּחִי סֵלָה: <sup>38</sup> אֲחַזֵּף שִׁמְרוֹת עֵינָי, נִפְעַמְתִּי וְלֹא אֲדַבֵּר: <sup>39</sup> חֲשַׁבְתִּי יָמִים מִקְדָּם, שְׁנוֹת עוֹלָמִים: <sup>40</sup> אֲזַכְּרָה נְגִינְתִי בַלַּיְלָה, עִם לִבִּי אֲשִׁיחָה, וַיִּחַפֵּשׂ רוּחִי: <sup>41</sup> הַלְעוֹלָמִים יִזְנַח אֲדָנִי, וְלֹא יִסִּיף לְרַצוֹת עוֹד: <sup>42</sup> הָאֶפֶס לִנְצַח חֲסָדוֹ, גָּמַר אֶמֶר לְדוֹר וָדוֹר: <sup>43</sup> הַשְׁכַּח חַנוּת אֵל, אִם קִפְץ בְּאֵף רַחֲמֵי סֵלָה: <sup>44</sup> וְאֹמֶר חֲלוּתִי הִיא, שְׁנוֹת יָמִין עָלְיוֹן: <sup>45</sup> אֲזַכּוֹר מַעֲלָלֵי יְהוָה, כִּי אֲזַכְּרָה מִקְדָּם פְּלֹאֵף: <sup>46</sup> וְהִגִּיתִי בְּכָל פְּעֻלָּךְ, וּבַעֲלִילוֹתֶיךָ אֲשִׁיחָה: <sup>47</sup> אֱלֹהִים, בְּקִדְשׁ דְּרָכְךָ, מִי אֵל גְּדוֹל כְּאֱלֹהִים: <sup>48</sup> אַתָּה הָאֵל עֹשֶׂה פְלֹא, הוֹדַעְתָּ בְּעַמִּים עָזָף: <sup>49</sup> גָּאֲלַתָּ בְּזֹרַע עַמְּךָ, בְּגִי יַעֲקֹב וַיּוֹסֵף

סֵלָה: <sup>1</sup> רְאוּף מִיִּם אֱלֹהִים, רְאוּף מִיִּם יְחִילוּ, אִף יִרְגְּזוּ תְהַמּוֹת: <sup>2</sup> זָרְמוּ מִיִּם עֲבוֹת, קוֹל נְתָנוּ שְׁחָקִים, אִף חֲצִיף תְהַלְכוּ: <sup>3</sup> קוֹל רַעְמָד בַּגְּלָגֶל, הָאִירוּ בְרָקִים תִּבֵּל, רְגָזָה וַתִּרְעַשׂ הָאָרֶץ: <sup>4</sup> בַּיָּם דָּרְפָד, וּשְׁבִילָדָּ בְּמִים רַבִּים, וְעַקְבוֹתֶיךָ לֹא נִדְעוּ: <sup>5</sup> נְחִיתָ כְּצֹאן עֲמָד, בְּיַד מֹשֶׁה וְאַהֲרֹן:

צ

<sup>6</sup> תִּפְלָה לְמֹשֶׁה, אִישׁ הָאֱלֹהִים, אֲדַנִּי מַעוֹן אֶתָּה הֵייתָ לָנוּ בְּדַר וָדָר: <sup>7</sup> בְּטָרָם הָרִים יִלְדוּ, וַתְּחַוֵּל אֶרֶץ וַתִּבֵּל, וַיַּמְעוּלֶם עַד עוֹלָם אֶתָּה אֵל: <sup>8</sup> תִּשָּׁב אֲנוֹשׁ עַד דָּפָא, וַתֵּאמֶר, שׁוּבוּ בְנֵי אָדָם: <sup>9</sup> כִּי אֶלֶף שָׁנִים בַּעֲיָנֶיךָ כַּיּוֹם אֶתְמוּל כִּי יַעֲבֵר, וְאַשְׁמוּרָה בְלִילָה: <sup>10</sup> זָרְמָתָם שָׁנָה יְהִיו, בַּבֶּקֶר כְּחֲצִיר יַחֲלֹף: <sup>11</sup> בַּבֶּקֶר יִצִּיץ, וַחֲלֹף, לַעֲרֵב יְמוּלֵל וַיִּבֵּשׁ: <sup>12</sup> כִּי כְלִינוּ בְּאַפְּךָ, וּבְחֲמָתְךָ נִבְהַלְנוּ: <sup>13</sup> שְׁתָּה עוֹנֵתֵינוּ לְנִגְדָּךָ, עֲלַמְנוּ לְמֵאוֹר פְּנִיךָ: <sup>14</sup> כִּי כָל יָמֵינוּ פָּנוּ בְּעַבְרָתְךָ, כְּלִינוּ שְׁנֵינוּ כְּמוֹ הַגֵּה: <sup>15</sup> יְמֵי שְׁנוֹתֵינוּ, בְּהֵם שְׁבָעִים שָׁנָה, וְאִם בְּגִבּוֹרַת שְׁמוֹנִים שָׁנָה, וְרַחֲבִים, עָמַל וְאַוֹן, כִּי גָז חִישׁ וַנִּעְפֶּה: <sup>16</sup> מִי יוֹדַע, עַז אַפְּךָ, וּכְיִרְאַתְךָ, עַבְרָתְךָ: <sup>17</sup> לְמָנוֹת יָמֵינוּ כִּן הוֹדַע, וַנִּבְא, לְבַב חֲכָמָה: <sup>18</sup> שׁוּבָה יְהוָה, עַד מָתִי, וְהִנָּחֵם עַל עַבְדֶּיךָ: <sup>19</sup> שְׁבַעְנוּ בַּבֶּקֶר, חֲסִדָּךָ, וַיִּרְנָנָה, וַנִּשְׁמַחָה, בְּכָל יָמֵינוּ: <sup>20</sup> שְׁמַחְנוּ, כִּימוֹת עֲנִיתָנוּ, שְׁנוֹת רְאִינוּ רַעָה: <sup>21</sup> יִרְאַה אֵל עַבְדֶּיךָ פִּעֲלָךָ, וְהִדְרָךָ עַל בְּנֵיהֶם: <sup>22</sup> וַיְהִי נָעַם אֲדַנִּי אֱלֹהֵינוּ עֲלֵינוּ, וַיַּמְעֶשֶׂה לְדִינוּ, כּוֹנֵנָה עֲלֵינוּ, וַיַּמְעֶשֶׂה לְדִינוּ כּוֹנֵנָהוּ:

קה

<sup>1</sup> הוֹדוּ לַיהוָה, קְרָאוּ בְשִׁמוֹ, הוֹדִיעוּ בְּעַמִּים עֲלִילוֹתֵינוּ: <sup>2</sup> שִׁירוּ לוֹ, זָמְרוּ לוֹ, שִׁיחוּ בְּכָל נִפְלְאוֹתָיו: <sup>3</sup> הִתְהַלְלוּ בְשֵׁם קְדוֹשׁוֹ, וַיִּשְׂמַח לֵב מְבַקְשֵׁי יְהוָה: <sup>4</sup> דָּרְשׁוּ יְהוָה, וַעֲזוּ, בְּקִשׁוֹ פָּנָיו תִּמְיֵד: <sup>5</sup> זָכְרוּ נִפְלְאוֹתָיו אֲשֶׁר עָשָׂה, מִפְּתִיו וּמִשְׁפָּטֵי פִיו: <sup>6</sup> זָרַע אַבְרָהָם, עַבְדּוֹ, בְּגֵי יַעֲקֹב, בְּחִירָיו: <sup>7</sup> הוּא יְהוָה, אֱלֹהֵינוּ בְּכָל הָאָרֶץ מִשְׁפָּטֵינוּ: <sup>8</sup> זָכַר לְעוֹלָם בְּרִיתוֹ, דָּבָר צִנְהָ, לְאֶלֶף דּוֹר: <sup>9</sup> אֲשֶׁר כָּרַת אֶת אַבְרָהָם, וּשְׁבוּעָתוֹ לְיִשְׁחָק: <sup>10</sup> וַיַּעֲמִידָהּ לְיַעֲקֹב, לְחֹק, לְיִשְׂרָאֵל בְּרִית עוֹלָם: <sup>11</sup> לֵאמֹר, לָךְ, אֶתְנוּ אֶת אֶרֶץ כְּנָעַן, חֶבֶל נַחֲלַתְכֶם: <sup>12</sup> בְּהִיּוֹתֶם מְתֵי מִסְפָּר, כְּמַעֲט, וַיְגִרִים בָּהּ: <sup>13</sup> וַיִּתְהַלְכוּ מְגוּי אֵל גּוֹי, מִמַּמְלָכָה אֵל עַם אַחֵר: <sup>14</sup> לֹא הִנִּיחַ אָדָם לַעֲשֶׂקֶם, וַיּוֹכַח עֲלֵיהֶם מְלָכִים: <sup>15</sup> אֵל תִּגְעוּ בְּמִשְׁחִי, וְלִנְבִיאֵי אֵל תִּרְעוּ: <sup>16</sup> וַיִּקְרָא רַעֵב עַל הָאָרֶץ, כָּל מִטָּה לְחֵם שָׁבַר: <sup>17</sup> שְׁלַח לְפָנֵיהֶם אִישׁ, לַעֲבֹד נִמְכָּר יוֹסֵף: <sup>18</sup> עֲנוּ בְכָבֵד רַגְלוֹ, בְּרָזַל בָּאָה נִפְשׁוֹ: <sup>19</sup> עַד עַתָּה, בֹּא דַבְּרוּ, אִמְרַת יְהוָה, צְרַפְתָּהוּ: <sup>20</sup> שְׁלַח מֶלֶךְ, וַיִּתִּירָהוּ, מִשְׁלַח עַמִּים, וַיִּפְתַּחְהוּ: <sup>21</sup> שְׁמוּ אָדוֹן לְבֵיתוֹ, וּמִשְׁלַח בְּכָל קִנְיָנוּ: <sup>22</sup> לְאִסּוֹר שָׁרִיו, בְּנִפְשׁוֹ, וַיִּקְנִיו, יְחָכְם: <sup>23</sup> וַיִּבְא יִשְׂרָאֵל מִצְרַיִם, וַיַּעֲקֹב גַּר בְּאֶרֶץ חָם: <sup>24</sup> וַיִּזְכֹּר אֶת עַמּוֹ מֵאֵד, וַיַּעֲצֵמָהוּ מִצְרָיו: <sup>25</sup> הִפְדָּ לָבָם לְשָׂנֵא עַמּוֹ, לְהִתְנַכֵּל בְּעַבְדָּיו: <sup>26</sup> שְׁלַח מֹשֶׁה עַבְדּוֹ, אַהֲרֹן אֲשֶׁר בָּחַר בּוֹ: <sup>27</sup> שְׁמוּ בָם, דַּבְּרֵי אֹתוֹתָיו, וּמִפְתִּים בְּאֶרֶץ חָם: <sup>28</sup> שְׁלַח חֹשֶׁף, וַיַּחֲשֶׁף, וְלֹא מָרוּ אֶת דַּבְּרוֹ: <sup>29</sup> הִפְדָּ אֶת מִימֵיהֶם לְדָם, וַיִּמָּת אֶת דָּגְתָם: <sup>30</sup> שָׁרַץ אֶרֶץ צִפְרָדַעִים, בְּחִדְרֵי מַלְכֵיהֶם: <sup>31</sup> אָמַר, וַיִּבְא עֲרֵב, פְּנִים, בְּכָל גְּבוּלָם: <sup>32</sup> נָתַן

גְּשְׁמֵיהֶם בְּרָד, אֵשׁ לְהַבּוֹת בְּאַרְצָם: <sup>ט</sup>וַיִּזְדַּף, גִּפְנִים וּתְאֵנִתָּם, וַיִּשְׁפַּר עַץ גְּבוּלָם:  
<sup>י</sup>אָמַר, וַיָּבֵא אֶרְבֶּה, וַיִּלְקַח, וַאֲיִן מִסֶּפֶר: <sup>י</sup>וַיֵּאכַל כָּל יַעֲשֵׁב בְּאַרְצָם, וַיֵּאכַל פְּרִי  
אֲדָמְתָם: <sup>י</sup>וַיִּזְדַּף כָּל בְּכוֹר בְּאַרְצָם, רֵאשִׁית לְכָל אוֹנֵם: <sup>י</sup>וַיּוֹצִיאֵם בְּכֶסֶף וְזָהָב,  
וַאֲיִן בְּשִׁבְטָיו כּוֹשֵׁל: <sup>י</sup>שְׂמַח מִצְרַיִם בְּצֵאתָם, כִּי נָפַל פַּחַדִּם עֲלֵיהֶם: <sup>י</sup>פָּרַשׁ  
עֵנּוּ, לְמִסְדָּף, וְאֵשׁ, לְהֵאִיר לַיְלָה: <sup>י</sup>שְׂאֵל, וַיָּבֵא שְׁלִיו, וְלַחֵם שְׂמִים, יִשְׂבִּיעֵם:  
<sup>י</sup>פָּתַח צוּר, וַיִּזּוּבוּ מַיִם, הִלְכוּ בְּצִיּוֹת נְהָר: <sup>י</sup>כִּי זָכַר אֶת דְּבַר קִדְשׁוֹ, אֶת  
אֲבָרָהֶם עֲבָדוֹ: <sup>י</sup>וַיּוֹצֵא עִמּוֹ בְּשִׁשּׁוֹן, בְּרִנָּה אֶת בְּחִירָיו: <sup>י</sup>וַיִּתֵּן לָהֶם אֲרָצוֹת  
גּוֹיִם, וַעֲמַל לְאֻמִּים יִירָשׁוּ: <sup>י</sup>בַּעֲבוּר יִשְׁמְרוּ חֻקָּיו, וְתוֹרָתוֹ יִנְצְרוּ, הַלְלוּיָהּ:

## קלז

<sup>א</sup>עַל נְהָרוֹת בְּבֶל שֵׁם יִשְׁבְּנוּ, גַּם בְּכִינּוּ בְּזָכְרֵנוּ אֶת צִיּוֹן: <sup>ב</sup>עַל עַרְבִים בְּתוֹכָהּ,  
תְּלִינּוּ כְּנֵרוֹתֵינוּ: <sup>ג</sup>כִּי שֵׁם שְׂאֵלוֹנוּ שׁוֹבֵינוּ דְּבַרֵי שִׁיר, וְתוֹלְלֵינוּ שְׂמִיחָה, שִׁירֵנוּ  
לָנוּ, מִשִּׁיר צִיּוֹן: <sup>ד</sup>אֵיךְ נִשְׁיֵר אֶת שִׁיר יְהוָה, עַל אֲדָמַת גֶּכָר: <sup>ה</sup>אִם אֲשַׁכְּחֶנּוּ  
יְרוּשָׁלַיִם, תִּשְׁכַּח מִיָּנִי: <sup>ו</sup>תִּדְבַק לְשׁוֹנֵי לְחֻכֵי, אִם לֹא אֲזַכְּרֵכִי, אִם לֹא אֲעֲלֶה  
אֶת יְרוּשָׁלַיִם, עַל רֹאשׁ שְׂמִיחָתִי: <sup>ז</sup>זָכַר יְהוָה לְבִנֵי אֲדוּם, אֶת יוֹם יְרוּשָׁלַיִם,  
הָאֲמָרִים, עָרוּ עָרוּ, עַד הִיסוּד בָּהּ: <sup>ח</sup>בֵּת בְּבֶל הִשְׁדוּדָהּ, אֲשֶׁרִי שִׁישְׁלָם לָךְ,  
אֶת גְּמוּלָךְ שִׁגְמַלְתָּ לָנוּ: <sup>ט</sup>אֲשֶׁרִי שִׁיאַחֲזוּ וְנִפֹּץ אֶת עַלְלִיךָ אֶל הַסַּלַּע:

## קן

<sup>א</sup>הַלְלוּיָהּ הִלְלוּ אֶל בְּקִדְשׁוֹ, הַלְלוּהוּ בְּרִקִיעַ עֵזוֹ: <sup>ב</sup>הַלְלוּהוּ בְּגִבוּרָתוֹ, הַלְלוּהוּ  
כְּרֹב גְּדֻלוֹ: <sup>ג</sup>הַלְלוּהוּ בְּתַקְעַ שׁוֹפָר, הַלְלוּהוּ בְּנִבְל וְכִנּוֹר: <sup>ד</sup>הַלְלוּהוּ בְּתֹף וּמְחוּל,  
הַלְלוּהוּ בְּמִנִּים וְעֶגְב: <sup>ה</sup>הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי שְׂמֵעַ, הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה: <sup>ו</sup>כָּל  
הַנְּשָׂמָה הַתְּהִלָּה יְהוָה, הַלְלוּיָהּ:

## Plegaria Final:

"מִי יִתֵּן מִצִּיּוֹן יִשׁוּעַת יִשְׂרָאֵל בְּשׁוּב יְיָ שְׁבוֹת עִמּוֹ, נִגַּל יַעֲקֹב יִשְׂמַח יִשְׂרָאֵל:  
וְתִשׁוּעַת צְדִיקִים מִיָּי, מְעוֹזֵם בְּעֵת צָרָה: וַיַּעֲזְרֵם יְיָ וַיִּפְלְטֵם, יִפְלְטֵם  
מִרְשָׁעִים וַיּוֹשִׁיעֵם כִּי חָסוּ בוֹ:"

## **λ. FONÉTICA**

### **Plegaria antes de recitar los Tehilim:**

“Yehi ratzón milefaneja Adonay, Elohenu VeElohei abotenu, Habojer beDavid, Abdo, ubezaro ajarav ubshirov vetishbajot, sheterajem Alenu, utehe jashubá lefaneja kriot mizmorey Tehilim, shenikra keilu jivanenu bejol-hakabanot. Haruyot lejaven ubkoaj pesukei Tehilim, vetebotem, vetiyotem unekodotem, vetamehem uShmoteja hakedoshim haketubim bahem. VebaShemot hayotzim merasheu tebot, vesofei tebot vejilufei tebot, ubizjot David hamelej, alav hashalom, yehemu-na rajameja alenu vetimjol, vetislaj utjaper et kol jatotenu, avonotenu ufshaenu. Utehem kriot mizmorei Tehilim retzuyá lefaneja lezamer aritzim ulajrit kol-hajojim vehakotzim hasobebim hashoshaná haelyoná, ulejaber eshet neurim mi dodá, beahabá, veajbá shalom vereyut. Ubrob rajameja yimashej Alenu shefa yeshuá verajamim letaharenu mejatotenu vaonotenu. Ujmo shesalajta leDavid hamelej, alav hashalom, sheamar mizmorim Elu lefaneja, kemo sheneemar: “Gam-Adonay heebir jatatja lo tamut”, ken berajameja hamerubim selaj Lanu, Abinu, Malkenu. Veal tikajnu min haolam hazé kodem zemanenu beofan shenujal letaken asher shijatnu. Uzejut David hamelej, alav hashalom, yagen baAdenu shetaarij apeja ad shubenu Eleja bitshubá shelemá. Umeotzar matenat jinam tejAnenu kedijtib “VeJanoti et-asher Ajón verijamti et-asher arajem” ukshem sheanu omerim lefaneja shirá baolam hazé, kaj tezakenu lomar lefaneja shir ushbajá leolam haba. Veal yedei amirat Tehilim, titorer jabatzelet hasharón lashir bekol naiim, guilá veranen, kebod Halebanón yeten lá, hod vehadar bebet Elohenu. Bimeherá beyamenu; amén, selá.”

### **La preparación antes de decir los Tehilim:**

“Areini mezamen et pi. Lehodot ulealel uleshabeaj et bori; Leshem Yijud Kudshá Berij Hu ushenjitei, bidjilu urjimu al Yidei ha hu tamir veneelam beshem kol Israel.”

## **La Unión y conexión con los Justos (Hitkashrut) antes de recitar los Salmos:**

“Areini mekasher atzmi baamirat haasará mizmorim eilu le kol ha-Tzadikim haamitim she bedoreinu ulekol haTzadikim haamitim shojnei afar kedoshim asher baaretz hemá. Ubifrat le Rabeinu hakadosh Tzadik yesod olam, Najal Novea Mekor Jojmá, Rabeiunu Najmán ben Feiga she gilá tikún ze, zejut iaguen aleinu, Amén.”

“Lejú neranená leAdonay, naría letzúr isheinu; Nekademá fanáv betodá, bizmirót naría lo. Ki El gadól Adonái, uMélej gadól al kól Elohim.”

“VeAtá Kadosh Yosheb tehilot Israel.”

## **EL TÍKÚN HAKLALÍ**

### **Tehilim Yud Vav**

<sup>1</sup>Mijtám leDavid, shámeréni El, ki-jasiti baj. <sup>2</sup>Amart lAdonay, Adonay atá, tovatí bal-aléja. <sup>3</sup>Likdoshím asher baáretz hema, veaddiré, kol-jef-tzi bam. <sup>4</sup>Yirbú atzevotám ajer maharú, bal-assíj niskehém middám, uval-essá et-shemotám al sefatáy. <sup>5</sup>Adonay, menát jelkí ve josí; atá tomij goralí. <sup>6</sup>Javalím nafelú-lí banneimím, af najalát shaferá alái. <sup>7</sup>Avaréj et-Adonay, ashér yeatzáni, af-lelót yiseruni jil-iotáy. <sup>8</sup>Shivviti Adonay lenegddí tamid, ki miminí bal-emmot. <sup>9</sup>Lajén samáj libbí váyaguél kevodí, af-besarí yishkón labétaj. <sup>10</sup>Ki lo-taazóv nafshí lish-ól, lo-titén jasidjá lir-ót shajat. <sup>11</sup>Todieni óraj jaim, sova semajot et-paneja, neimót biminejá nétzaj:

### **Tehilim Lamed Bet**

<sup>1</sup>Le David maskíl, ashrei nesuy-péscha, kesuy jataá. <sup>2</sup>Ashrei adám lo-yajshób Adonay ló avón, veen berujó remi-yá. <sup>3</sup>Ki hejerashti balú atzamáy, beshaagatí kol hayóm. <sup>4</sup>Ki yomám valaila tijbád aláy yadeja, nehpay leshadí, bejarboné kaitz sela. <sup>5</sup>Jatati odiaja, vaavoní lo-jisiti, amarti, odé alé peschaáy lAdonay, veatá nasata avón jatati sela. <sup>6</sup>Al-zot itpalel kol-jasid eleja, leet metzó, rak leshetef maim rabbím elav lo yaguú. <sup>7</sup>Atá seter li mitzar titzereni,

ronei falet tesobebeni sela. <sup>8</sup>Askilejá, veorejá bederej-zu teléj, iatzá aleja ení. <sup>9</sup>Al-tihi-iú kesus kefered, en habín, beméteg varésen de-ió liblóm, bal kerób eléja. <sup>10</sup>Rabím maj-ovím larashá, vehabotéaj bAdonay jesed yesobebenu. <sup>11</sup>Simjú bAdonay, veguálu tzaddikím, veharninu kol-yishre- leb.

### **Tehilim Mem Alef**

<sup>1</sup>Lamnatzeaj mizmor le David. <sup>2</sup>Ashrei maskil eldal, be yom raá, yemaleteu Adonay. <sup>3</sup>Adonay yish merehu vijayehu, ve ushar baaretz, ve al titnehu be nefesh oivav. <sup>4</sup>Adonay yisadenú al eres devai, kol mishcavó afajta ve jolió. <sup>5</sup>Aní amarti, Adonay, joneni, refaá nafshí ki jatati laj. <sup>6</sup>Oivai yomrú ra li, matai yamut ve avad shemó. <sup>7</sup>Ve im ba lirot, shav yedaber, libó yik botz aven lo, yetzé lajutz yedaber. <sup>8</sup>Yajad alai yitlajashú kol sonai, alai yajshevú raá li. <sup>9</sup>Devar beliyaal yatzuk bo va ashér shajáv lo yosíf lakúm. <sup>10</sup>Gam ish shlomí, asher batajti vo ojel lajmí, igdíl alai akév. <sup>11</sup>Ve atá Adonay, joneni va akimeni, va ashalmá lahém. <sup>12</sup>Be zot yadati ki jafatzta bi, ki lo yaría oiví alái. <sup>13</sup>Va aní be tumí tamajta bi, vatatziveni lefaneja le olám. <sup>14</sup>Baruj Adonay Elohéy Israel, me ha olam ve ad ha olam, amén ve amén.

### **Tehilim Mem Bet**

<sup>1</sup>Lamnatzeaj maskil livnei Koraj. <sup>2</sup>Ke ayál taarog al afikei maim, ken nafshí taarog eleja Elohim. <sup>3</sup>Tzama nafshí l'Elohim, le El jai, matai avo ve eraé penei Elohim. <sup>4</sup>Aitá li dimatí lejem yomám va laila, ve emor elai kol hayom, ayé Eloheja. <sup>5</sup>Ele ezkerá, ve eshpejáj alái nafshí, ki eevór basaj, edadém ad beit Elohim be kol riná ve todá, amón jogueg. <sup>6</sup>Ma tishtojájí nafshí va themí alái, hojili l'Elohim, ki od odenú yeshuot panav. <sup>7</sup>Elohay, alai nafshí tishtojaj, al ken ezkorjá me eretz Yardén ve jermoním, me har mitzár. <sup>8</sup>Tehóm el tehóm koré le kol tzinoreja, kol mishbareja ve galeja alái avaru. <sup>9</sup>Yomám yetzavé Adonay jasdó, u va laila shiró imí, tefilá le El jayai. <sup>10</sup>Omrá le El salí lama she jaj tani, lama koder elej be lajatz oyev. <sup>11</sup>Be retzaj beatzmotai jerfuni tzorerai, be omrá elai kol hayom aye Eloheja. <sup>12</sup>Ma tishtojájí nafshí, umá themí alái, ojili l'Elohim ki od odenú yeshuot, panai v'Elohay.

## Tehilim Nun Tet

<sup>1</sup>Lamnatzeaj al tashjet le David mijtám, bishloaj Shaúl, va yishmerú et habait lahamitó. <sup>2</sup>Atzileni me oivái Elohay, mi mitkomemái tesagueveni. <sup>3</sup>Atzileni mi poalei aven, u me anshéi damím oshieni. <sup>4</sup>Ki hine arvú le nafshí yaguru alái azím, lo pishí ve lo jatáti Adonay. <sup>5</sup>Belí avón yerutzún veyikonanu, ura likratí, u reé. <sup>6</sup>Ve atá Adonay Elohim Tzevaot Elohey Israel, akitzá lifkód kol ha goyím, al tajón kol bogdei aven sela. <sup>7</sup>Yashuvu la erev, yehemú jakálev, visovevú ir. <sup>8</sup>Hine yabiún be fihém jaravot be siftoteihem, ki mi shomea. <sup>9</sup>Ve atá Adonay tisjak lamo, tilag lejol goyím. <sup>10</sup>Uzo, eleja eshmorá, ki Elohim misgabí. <sup>11</sup>Elohey jasdí yekad meni, Elohim yareni veshorerái. <sup>12</sup>Al taharguém pen yishkejú amí, aniemo ve jeiljá, ve horidemo, maguinenu Adonay. <sup>13</sup>Jatat pimo, devar sfatemo, veyilajdú vigonám, umealá, umi kájash yesaperu. <sup>14</sup>Kalé ve jemá kalé ve einemo, ve yedeú ki Elohim moshél be Yaakov le afsei ha aretz sela. <sup>15</sup>Ve yashuvu la erev, yehemú jakalev, visovevú ir. <sup>16</sup>Ema yeniún le ejól, im lo yisbehú, va yalínu. <sup>17</sup>Va aní ashír uzéja, va aranén la boker jasdeja, ki ayita misgav li, u manós be yom tzar li. <sup>18</sup>Uzi eleja azamera ki Elohim misgabi Elohey jasdí.

## Tehilim Ain Zain

<sup>1</sup>Lamnatzeaj al yedutún le Asaf mizmór. <sup>2</sup>Kolí el Elohim ve etzaka, kolí el Elohim ve haazín elai. <sup>3</sup>Be yom tzaratí Adonay darashti, yadí laila niguerá, ve lo tafúg, meaná hinajém nafshí. <sup>4</sup>Ezquerá Elohim vee emaya, asija ve titatéf rují sela. <sup>5</sup>Ajartzá shemurót einai, nif amítí ve lo adaber. <sup>6</sup>Jishavti yamím mi kedem, shenot olamím. <sup>7</sup>Ezquerá neguinatí ba laila, im levaví asija, vayijapes rují. <sup>8</sup>Ha leolamím yiznaj Adonay, ve lo yosif lirtzot od. <sup>9</sup>He afês lanetzaj jasdó, gamar ómer le dor va dor. <sup>10</sup>Ha shajaj janót El, im kafátz be af rajamáv sela. <sup>11</sup>Va omar jalotí hí, shenót yemín elión. <sup>12</sup>Ezkor maalei Ya, ki ezquerá mi kedem pileja. <sup>13</sup>Ve haguiti vejol paoleja, u va aliloteja asija. <sup>14</sup>Elohim, ba kodesh dar keja, mi El gadól kElohim. <sup>15</sup>Atá ha El osé fele, hodatá vaamím uzeja. <sup>16</sup>Gaalta bizroa ameja, benei Yaakov ve Yosef sela. <sup>17</sup>Raúja maim Elohim, raúja maim yajilu, af yirguezú tehomót. <sup>18</sup>Zormú maim avót, kol natnú shja kím, af jatzatzeja yithalájú. <sup>19</sup>Kol raamja ba galgál, heiru vrakím tevel, ragzá va tirash ha aretz.

<sup>20</sup>Bayam darkeja ushviljá bemaím rabím, ve ikvoteja lo nodau.

<sup>21</sup>Najita jatzón amēja veyad Moshé veAharón.

### **Tehilim Tzadik**

<sup>1</sup>Tefilá le Moshé ish ha Elohim, Adonay maón atá haita lanu bedor vador. <sup>2</sup>Be terem harim yuladu, va tejolél eretz ve tevé, u me olám ad olam atá El. <sup>3</sup>Tashév enosh ad daká, va tomer, shuvu benei adam. <sup>4</sup>Ki elef shaním ve eneja ke yom etmol ki yaavór, ve ashmurá va laila. <sup>5</sup>Zeram tám shená yihiyú, ba boker ke jatzir yajalóf. <sup>6</sup>Ba boker ya zitz vejaf, la erev yemolel ve yavesh. <sup>7</sup>Ki jalínu ve apeja, u vajamateja nivhalnu. <sup>8</sup>Shatá avonotenu le negdeja alumenu limor paneja. <sup>9</sup>Ki jol yamenu panú ve evrateja, kilínu shanenu jemo hegue, <sup>10</sup>Yemei shnotenu, bahem shivím shaná, ve im bigvurót shmoním shaná, ve robám, amal va aven, ki gaz jish va naufa. <sup>11</sup>Mi yodea oz apeja, uje yirateja evrateja. <sup>12</sup>Limnot yameinu ken odá, ve naví, levav jojmá. <sup>13</sup>Shuva Adonay, ad matai, ve hinajém al avadeja. <sup>14</sup>Sabeenu va boker jasdeja, u neranena, ve nismejá, bejol yamenu. <sup>15</sup>Samejenu, kimot inítanu, shenot raínu raá. <sup>16</sup>Yeraé el avadeja paoleja, veadarjá al benehem. <sup>17</sup>Vihi noam Adonay Elohenú alenu, u maasé yadenu, konená alenu, u maasé yadenu konenéhu.

### **Tehilim Kof Hei**

<sup>1</sup>Hodu lAdonay kirú vishmó, hodiú va amím alilotav. <sup>2</sup>Shiru lo zamru lo, sijú bejól nifleotav. <sup>3</sup>Hithalelú be shem kodshó, yismaj lev mevakshei Adonay. <sup>4</sup>Dirshú Adonay ve uzó, bakshú fanav tamid. <sup>5</sup>Zijrú nifleotav asher asá, moftáv u mishpetei fiv. <sup>6</sup>Zera Abraham avdó, benei Yaakov bejirav. <sup>7</sup>Hu Adonay Elohenú, bejol ha aretz mishpatav. <sup>8</sup>Zajar le olam beritó, davar tzivá le elef dor. <sup>9</sup>Asher karat et Abraham, u shvuató le Yisjak. <sup>10</sup>Va yaamidehá le Yaakov, le jok le Israel berit olam. <sup>11</sup>Lemor, lejá etén et eretz kenaán, jevel najalatjem. <sup>12</sup>Bi heyotám metei mispar, kimát ve garím bá. <sup>13</sup>Va yitaljú mi goy el goy, mi mamlajá el am ajer. <sup>14</sup>Lo iniaj adám le oshkám vá yojaj alehem melajím. <sup>15</sup>Al tiguéu vim shijái, ve linviái al tareú. <sup>16</sup>Va yikrá raav al ha aretz, kol maté lejem shavar. <sup>17</sup>Shalaj lifnehem ish, le eved nimkar Yosef. <sup>18</sup>Inú va kevel ragló, barzel baá nafshó. <sup>19</sup>Ad et vo devaró, imrat Adonay tzerafatú. <sup>20</sup>Shalaj melej va yatirehu, moshel amím



va yefatjehu. <sup>21</sup>Samo adón le veitó, u moshel bejol kinianó. <sup>22</sup>Lesor sarav be nafshó, uzkenav yejakém. <sup>23</sup>Vá yavó Israel Mitzraim, ve Yaakov gar be eretz Jam. <sup>24</sup>Vá yefer et amó meod, va yaatzimehu mitzárav. <sup>25</sup>Afaj libám lisnó amó, lehitnakel ba avadav. <sup>26</sup>Shaláj Moshé avdó, Aharón asher bajar bo. <sup>27</sup>Samu vam, divrei ototav umoftím be eretz Jam. <sup>28</sup>Shalaj joshej va yajshij, ve lo maru et devaró. <sup>29</sup>Afaj et meymeihem le dam, va yamet et degatám. <sup>30</sup>Sharatz artzám tzeferdeím, be jadréi maljeihem. <sup>31</sup>Amar, va yavó arov, kiním, bejol guevulám. <sup>32</sup>Natán guishmeihem barad, esh leavot be artzám. <sup>33</sup>Va yaj, gafnám u teenatám, va yashaber etz guevulám. <sup>34</sup>Amar, va yavó arbé, ve yelek, ve ein mispar. <sup>35</sup>Va yojal kol esev be artzám, va yojal perí admatám. <sup>36</sup>Va yaj kol bejór be artzám, reshít le jol onám. <sup>37</sup>Va yo tziém be jesef ve zahav, ve ein bishvatáv koshél. <sup>38</sup>Samaj Mitzraim be tzetám, ki nafal pajdám aleihem. <sup>39</sup>Paras anán le masáj, ve esh lehaír laila. <sup>40</sup>Shaál va yavé seláv ve lejem shamaim, yasbiém. <sup>41</sup>Pataj tzur, va yazuvu maim, haljú batziot nahar. <sup>42</sup>Ki zajar et devar kodshó, et Abraham avdó. <sup>43</sup>Va yotzí amó ve sasón, ve riná, et bejirav. <sup>44</sup>Va yitén lahém artzót goyim, va amál leumím yirashú. <sup>45</sup>Ba avúr yishmerú jukáv, ve torotáv yintzorú. ;HAleluYá!

### **Tehilim Kof Lamed Zain**

<sup>1</sup>Al naharot Babel sham yashavnu gam, bajinu be zojreinu et Tzion. <sup>2</sup>Al aravím betojá, talinu ki noroteinu. <sup>3</sup>Ki sham sheelunu shoveinu divrei shir, ve tolaleinu simjá, shiru lanu mi shir Tzion. <sup>4</sup>Ej nashir et shir Adonay al admat nejar. <sup>5</sup>Im eshkajej Yerushalaim, tishkaj yeminí. <sup>6</sup>Tidbak leshoní lejikí, im lo ezkereji, im lo aalé et Yerushalaim al rosh simjatí. <sup>7</sup>Zejeor Adonay livnei Edóm et yom Yerushalaim, ha omrím aru aru ad ha yesód ba. <sup>8</sup>Bat Babel ha shedudá, ashrei she yeshalém laj et guemulej she gamalt lanu. <sup>9</sup>Ashrei she yojez ve nipetz et olalaj el ha sala.

### **Tehilim Kof Nun**

<sup>1</sup>Aleluyá, alelú El bekodshó, aleluhu birkía uzó. <sup>2</sup>Aleluhu bigburotav, aleluhu kerov gudló. <sup>3</sup>Aleluhu beteka shofar, aleluhu ve nevel ve jinor. <sup>4</sup>Aleluhu be tof umajol, aleluhu be minim ve ugáv. <sup>5</sup>Aleluhu ve tziltzeléi shamá, aleluhu ve tziltzeléi teruá.

‘Kol ha neshamá tehalel Yá. ¡HaleluYá! Kol ha neshamá tehalel Ya. ¡HAleluYá!

**Plegaria Final:**

“Mi Yitén mi Tizón yeshuat Israel beshub Adonai shebut amó, yaguel Yaakov yismaj Israel: Uteshuat Tzadikim me Adonay, mauzam be et tzará: Va yaezrem Adonai vayefaltem, tefaltem me reshaim ve yoshiem ki jasú bo.”

## **7. ESPAÑOL**

### **Plegaria antes de recitar los Salmos:**

“Sea Tu voluntad, HaShem, nuestro Dios y Dios de nuestros padres, Quien escogió a David, Su servidor y a sus descendientes tras él, y Te deleitas con sus cánticos y plegarias, Ten misericordia y escúchame con compasión y acepta los Salmos que voy a recitarte como si los estuviera diciendo el propio Rey David, su mérito nos proteja. Haz que el mérito de cada Salmo, de cada palabra, de cada letra y de cada vocal y de todos los Nombres Sagrados que se forman de las primeras letras y de las últimas letras de cada una de las palabras (en Hebreo), estén en nuestro favor para que sean perdonados nuestros pecados y nuestras transgresiones. Elimina a nuestros enemigos y acusadores y destruye todas las espinas que rodean la Rosa Superior (Israel). Mándanos Tus bendiciones a nuestra alma y espíritu, y así purifícanos de nuestros pecados. Perdona nuestras transgresiones y expía nuestras faltas, como perdonaste al Rey David quien te recitaba estos Salmos, como está escrito: “Y Dios pasará tu pecado y tu no morirás”, (Shemuel II,12:13). No nos llesves de este mundo antes del tiempo que se nos ha determinado. Danos una vida completa para que podamos corregir todo lo malo que hemos hecho. Que el mérito del Rey David nos proteja. Se tolerante con nosotros hasta que retornemos a Ti en total arrepentimiento. Agráccianos con Tu generosidad y benevolencia, como está escrito: “Y Mostraré gracia a quien Mostraré gracia, Y Me apiadaré de quien Me apiadaré” (Shemot 33:19). Y así como te recitamos los Salmos en este mundo, Dios nuestro, concédenos el privilegio de cantarte y elogiarte en el Mundo Venidero.

Y que por medio de nuestra lectura de los Salmos se despierte una canción de agradable voz, llena de regocijo y exaltación. Haz que el honor y la gloria sea regresada a Israel y el esplendor y la belleza estén en Tu Casa, que sea reconstruida rápidamente en nuestros días, Amén, por siempre.”

## **La preparación antes de decir los Salmos:**

“Preparo mi boca para dar gracias y alabar a mi Creador, para unificar al Santo, Bendito Es, y Su Presencia Divina (“Shejiná”) en temor y amor, por medio del Oculto y Escondido, en nombre de todo Israel.”

## **La Unión y conexión con los Justos (Hitkashrut) antes de recitar los Salmos:**

“Heme aquí, me conecto recitando estos Diez Salmos a todos los Verdaderos Tzadikim de nuestra generación y a todos los Verdaderos Tzadikim “los santos que yacen en la tierra”, y en especial con nuestro santo Rabí, el Tzadik que es el fundamento del mundo, “torrente que fluye, fuente de sabiduría”, Rabí Najmán, hijo de Feigue, que reveló este “Tikún”, que sus méritos nos protejan y a todo el pueblo de Israel, Amén”.

“Venid, cantemos a HaShem, clamemos de alegría a la roca de nuestra salvación. Vayamos delante de su presencia con agradecimiento; cantémosLe a Él con alegría en un cántico. Pues un Gran Dios es HaShem y un Gran Rey sobre todos los dioses”.

“Tú eres Santo, Te encuentras en las alabanzas de Israel”.

## **El Tikún HaKlalí**

### **Salmo 16**

<sup>1</sup>UN MIJTAM DE DAVID. Protégeme, Dios, porque en Ti me he refugiado. <sup>2</sup>Le dije a HaShem: “Tú eres mi Señor, mi benefactor. No hay nadie sobre Ti”. <sup>3</sup>En cuanto a los santos y a los fuertes que hay en la tierra, toda mi voluntad está con ellos. <sup>4</sup>Que se multipliquen los sufrimientos de aquellos que van detrás de otro (dios). No tomaré parte en sus libaciones ni pronunciaré sus nombres con mis labios. <sup>5</sup>HaShem es mi herencia asegurada y mi parte. Tú guías mi destino para que reciba mi porción. <sup>6</sup>Las partes que he recibido han sido placenteras, y también lo es la heredad que recibí. <sup>7</sup>Bendeciré a HaShem que me ha aconsejado, aun en las noches que mi conciencia me ha reprendido. <sup>8</sup>He puesto a HaShem delante de mí siempre. Porque cuando Él está a mi

diestra no caigo. <sup>9</sup>Por eso mi corazón se regocija, mi alma se alegra y también mi cuerpo estará tranquilo. <sup>10</sup>Porque no abandonarás mi alma en el abismo; no dejarás que Tu piadoso vea el pozo. Enséñame el camino de la vida. La abundancia de alegrías que hay junto a Tu presencia, los placeres que hay en Tu diestra siempre.

### **Salmo 32**

<sup>1</sup>DE DAVID, un Maskil. Dichoso aquel cuya transgresión es perdonada, cuya iniquidad es cubierta. <sup>2</sup>Dichoso el hombre a quien HaShem no le considera su iniquidad y cuyo espíritu no tiene engaño. <sup>3</sup>Cuando me mantuve en silencio, mis huesos se desvanecían por mi gemido angustioso todo el día. <sup>4</sup>Pues día y noche Tu mano pesaba sobre mí, mi verdor se transformó por la sequedad del verano (Sela). <sup>5</sup>Mi iniquidad habré de reconocer ante Ti y mi transgresión no ocultaré; Dije: “Reconoceré mis iniquidades ante HaShem”, y Tú perdonarás la transgresión de mi iniquidad siempre. <sup>6</sup>Por eso, que todo devoto rece a Ti, en un momento más accesible, que las poderosas aguas del diluvio no lo alcancen. <sup>7</sup>Tú eres un refugio para mí; protégeme de la aflicción; rodéame por siempre de cánticos de salvación. <sup>8</sup>Yo te instruiré y enseñaré la senda por la que marcharás; te aconsejaré lo que vieron mis ojos. <sup>9</sup>No seáis incomprensivos como un caballo o una mula, frenados con cabestro y brida cuando se los engalana para mantenerlos apartados de ti. <sup>10</sup>Muchos son los sufrimientos del malvado, mas quien confía en HaShem, estará rodeado de bondad. <sup>11</sup>Alégrense en HaShem y regocíjense, justos; y canten todos los de corazón recto.

### **Salmo 41**

<sup>1</sup>PARA EL DIRECTOR del coro, un Salmo de David. <sup>2</sup>Feliz es aquel que piensa en el necesitado; en día de calamidad lo salvará HaShem. <sup>3</sup>HaShem lo protegerá y preservará su vida, y será feliz en la tierra, Y Tú no lo entregarás a los deseos de sus enemigos. <sup>4</sup>HaShem lo asistirá en el lecho de enfermedad; su lecho Tú aliviarás cuando esté en enfermedad. <sup>5</sup>Le dije: “¡HaShem, ten piedad de mí Sana mi alma, porque he pecado contra ti!”. <sup>6</sup>Mis enemigos hablan el mal contra mí: “¡Cuándo morirá, y perecerá

su nombre?” <sup>7</sup>Y si alguno llega a verme, habla sin sinceridad, su corazón junta maldad dentro de él, y cuando sale, habla de ella. <sup>8</sup>Juntos susurran en mi contra todos mis enemigos; contra mí tramán el mal para mí: <sup>9</sup>“Que la maldad que hizo se pegue a él, y ahora que se acuesta, que no se levante más.” <sup>10</sup>Incluso mi compañero en quien yo confiaba, el que comía de mi pan, ha levantado su talón en mi contra. <sup>11</sup>Pero tú, HaShem, ten piedad de mí y levántame, y yo les daré su paga. <sup>12</sup>A causa de esto sabré que Tú me deseas: si mis enemigos no gritan alegremente por mí; <sup>13</sup>en cuanto a mí, a causa de mi integridad me sostendrás y me pondrás ante Ti por siempre. <sup>14</sup>Bendito sea HaShem, el Hacedor de Israel, desde la eternidad y hasta la eternidad; amén y Amén.

## **Salmo 42**

<sup>1</sup>PARA EL DIRECTOR, un maskil de los hijos de Kóraj. <sup>2</sup>Como la cierva clama ansiosamente por arroyos de agua, así mi alma clama por Ti, ¡Oh Dios! <sup>3</sup>Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo; ¡Cuándo vendré y apareceré ante Tu presencia, Dios? <sup>4</sup>Mis lágrimas han sido como mi pan, día y noche, al decirme mis enemigos todos los días: “¿Dónde está tu Dios?” <sup>5</sup>Al recordar estas cosas, se estremece en mí mi alma: cuando pasaba junto con la multitud, avanzando con ellos hacia la Casa de Dios; con voces de Júbilo y gratitud, con la multitud celebrando <sup>6</sup>¡Por qué te abates, alma mía, y por qué te lamentas por mí? Ten esperanza en Dios, pues todavía Lo alabaré por las salvaciones que vienen de Su providencia. <sup>7</sup>Dios mío, mi alma se abate en mí, porque yo Te recuerdo desde la tierra del Yardén, desde el Jermonim, y desde el Monte Mitzar. <sup>8</sup>Un abismo llama a otro abismo a la voz de Tus conductos; todas Tus ondas y Tus olas han pasado sobre mí. <sup>9</sup>Durante el día, HaShem ordena a su bondad, y de noche su cántico estará conmigo, una plegaria al Dios de mi vida. <sup>10</sup>Le diré a Dios, mi protección “¡Por qué me has olvidado? ¡Por qué debo caminar en la oscuridad bajo la opresión del enemigo?” <sup>11</sup>Como una espada en mis huesos, mis adversarios me injurian, diciéndome todos los días: “¿Dónde está tu Dios?” <sup>12</sup>¡Por qué te abates, alma mía, y por qué te lamentas por mí? Espera en Dios, pues todavía Lo alabaré, por Sus salvaciones, porque es (la luz de) mi rostro y mi Dios.

## Salmo 59

<sup>1</sup>PARA EL DIRECTOR. Un *al tashjet*. De David, un Mijtam. Cuando Shaúl envió (emisarios), y se apostaron frente a la casa para matarlo. <sup>2</sup>Líberame de mis enemigos, Dios mío, protégeme de los que se levantan contra mí. <sup>3</sup>Líberame de los que hacen el mal y sálvame de hombres sanguinarios. <sup>4</sup>Porque he aquí que acechan a mi alma, poderosos se reúnen contra mí, y no a causa de mi pecado ni mi rebelión, HaShem. <sup>5</sup>Sin iniquidad de mi parte, corren y se preparan; Apresúrate hacia mí y lo observarás. <sup>6</sup>Y Tú, HaShem, Dios de los ejércitos, Dios de Israel, despierta y recuerda a todos los pueblos; no te apiades de todos los que hacen iniquidad. <sup>7</sup>Regresan por la tarde, aúllan como un perro y merodean la ciudad. <sup>8</sup>He aquí, ellos gritan con sus bocas, espadas hay en sus labios, pues piensan: “¿Quién escucha?” <sup>9</sup>Pero Tú, HaShem, Te ríes de ellos; Te burlas de todos los pueblos. <sup>10</sup>Debido a sus fuerzas, Te espero, porque Dios es mi fortaleza. <sup>11</sup>El Dios de mi bondad se anticipará a mí; Dios me mostrará a quienes me acechan. <sup>12</sup>No los mates, para que mi pueblo no se olvide; sacúdelos con Tu poder y rebájalos; mi Señor, nuestro protector. <sup>13</sup>Por el pecado de su boca y la palabra de sus labios. serán presos de su soberbia y de la maldición y de la mentira que cuentan. <sup>14</sup>Consúmelos con furia, consúmelos y que no estén más; y sabrán que Dios gobierna en Yaacob, hasta los confines de la tierra por siempre. <sup>15</sup>Y que vengan por la tarde, ladrando como un perro y merodeando la ciudad. <sup>16</sup>Y Vagarán para comer; y si no se saciaron se quejarán. <sup>17</sup>En cuanto a mí, voy a cantar de Tu fuerza, y entonaré alegremente en la mañana por Tu benevolencia, porque has sido un baluarte para mí, un refugio en el día de mi angustia. <sup>18</sup>Fuerza Mía, a Ti cantaré, porque Dios es mi fortaleza, el Dios de mi benevolencia.

## Salmo 77

<sup>1</sup>PARA EL DIRECTOR, para Yedutún, de Asaf, un salmo. <sup>2</sup>Mi voz a Dios (dirijo) y clamo; mi voz a Dios (dirijo), y Él me escucha. <sup>3</sup>En el día de mi angustia busqué a mi Señor. Mi herida supura por la noche y no se detiene, y mi alma se niega a ser consolada. <sup>4</sup>Me acuerdo de Dios y clamo; imploro y desfallece mi espíritu siempre. <sup>5</sup>Has sujetado mis párpados, quede turbado, no

puedo hablar. <sup>6</sup>He pensado en los días de antaño, los años ya transcurridos. <sup>7</sup>Durante la noche me acuerdo de mi melodía, medito con mi corazón, y escudriño mi espíritu. <sup>8</sup>¿Es que por la eternidad mi Señor nos abandonará y no se complacerá nuevamente? <sup>9</sup>¿Ha cesado para siempre Su benevolencia? ¿Ha sellado el decreto para todas las generaciones? <sup>10</sup>¿Ha olvidado Dios Su compasión? ¿Ha contenido por su enojo la misericordia para siempre? <sup>11</sup>Yo dije: “Para intimidarme (y llevarme al arrepentimiento) es el cambio de la diestra del Altísimo? <sup>12</sup>Recuerdo las obras de Dios, cuando recuerdo Sus maravillas de antaño. <sup>13</sup>Meditaré en todas Tus obras, y de Tus prodigios hablaré. <sup>14</sup>Oh Dios, Tu camino está en la santidad, ¿Qué dios es más grande que Dios? <sup>15</sup>Tú eres el Dios que hace maravillas? Has hecho conocer entre los pueblos Tu fuerza. <sup>16</sup>Redimiste a tu pueblo con un brazo poderoso, los hijos de Yaacob y de Yosef por siempre. <sup>17</sup>Te vieron las aguas, Dios, Te vieron las aguas y temblaron; e incluso las profundidades se estremecieron. <sup>18</sup>Vertieron agua las nubes, los cielos retumbaron, incluso Tus flechas fueron disparadas. <sup>19</sup>El sonido de Tu trueno estaba en el cielo; relámpagos iluminaron el mundo; la tierra se estremeció y tembló. <sup>20</sup>Tu camino fue por el mar, y Tu sendero a través de las poderosas aguas, mas Tus huellas no fueron reconocidas. <sup>21</sup>Guiaste a Tu pueblo como un rebaño, de la mano de Moshé y Aharón.

## **Salmo 90**

<sup>1</sup>UNA PLEGARIA DE MOSHÉ, el hombre de Dios. Señor Mío, Tú has sido un refugio para nosotros en cada generación. <sup>2</sup>Antes de que los montes fueran creados y de que hayas hecho la tierra y el mundo, desde siempre y para siempre Tu eres Dios. <sup>3</sup>Tú haces que el hombre retroceda hasta que se doblega, y dices: <sup>4</sup>“Retornen, hijos del hombre! <sup>4</sup>Pues mil años ante tus ojos son como el día de ayer que ya paso; como una vigilia en la noche. <sup>5</sup>Como corriente de agua que fluye, como un efímero sueño será, en la mañana como la hierba se secará. <sup>6</sup>Por la mañana brota y florece, mas por la tarde se marchita y perece. <sup>7</sup>Pues estamos consumidos por Tu enojo, y por tu ira estamos aterrorizados. <sup>8</sup>Pusiste nuestras iniquidades delante de ti, nuestros pecados ocultos, a la luz de tu rostro. <sup>9</sup>Pues todos nuestros días se esfuman



ante Tu ira, nuestros años pasan como un sonido fugaz. <sup>10</sup>Los años de nuestra vida son: setenta, y en caso de gran vigor, hasta ochenta años; pero su apogeo es mentira y falsedad, porque se van pronto, como si volásemos. <sup>11</sup>¿Quién conoce el poder de Tu furor? ¿Y cómo debemos temer Tu ira? <sup>12</sup>Enséñanos, a contar nuestros días, para que podamos adquirir un corazón sabio. <sup>13</sup>Desiste (de Tu enojo), HaShem, ¿Hasta cuando? Reconsidera a Tus servidores. <sup>14</sup>Satisfácenos por la mañana con Tu benevolencia, y cantaremos y nos alegraremos todos nuestros días. <sup>15</sup>Danos alegría conforme a los días que nos has afligido, conforme a los años en que hemos visto la adversidad. <sup>16</sup>Que sea revelada a Tus servidores Tu obra; y Tu esplendor, a sus hijos. <sup>17</sup>Y que la gracia de mi Señor, nuestro Dios, esté sobre nosotros; y la obra de nuestras manos dispón para nosotros, y la obra de nuestras manos dispón.

## **Salmo 105**

<sup>1</sup>ALABEN A HASHEM, aclamen Su nombre, hagan Sus obras conocidas entre las naciones. <sup>2</sup>Cántenle a Él, toquen para Él, hablen de todas Sus maravillas. <sup>3</sup>Gloria a Su Santo Nombre, que se alegre el corazón de los que buscan a HaShem. <sup>4</sup>Busquen a HaShem y Su poder, procuren Su presencia siempre. <sup>5</sup>Recuerden las maravillas que Él ha hecho, Sus portentos y los estatutos de su boca. <sup>6</sup>Oh simiente de Abraham Su servidor. Oh hijos de Yaacov, Sus escogidos. <sup>7</sup>El es HaShem, nuestro Hacedor, Sus juicios se extienden sobre toda la tierra. <sup>8</sup>Ha recordado Su alianza eternamente; lo que ha ordenado, por mil generaciones; <sup>9</sup>lo que ha concertado con Abraham , y Su juramento a Itzjak. <sup>10</sup>Que fue confirmado a Yaacov por decreto, y a Israel como pacto eterno. <sup>11</sup>diciendo: “A ti te daré la tierra de Kenaán, como vuestra herencia”, <sup>12</sup>cuando ellos eran unos pocos, ínfimos, y extraños en ella. <sup>13</sup>Ellos iban de nación en nación, de un reino a otro pueblo. <sup>14</sup>El no dejó que ningún hombre los oprimiera, y reprendió por su causa a reyes: <sup>15</sup>“No toquen a Mis elegidos, ni dañen a Mis profetas.” <sup>16</sup>Llamó al hambre sobre la tierra, y Él rompió todas las fuentes de pan. <sup>17</sup>Envió un hombre delante de ellos; Yosef fue vendido como esclavo. <sup>18</sup>Afligieron con cadenas sus pies, en el hierro fue puesta su alma. <sup>19</sup>Hasta el momento en que Sus palabras llegaron, el decreto de HaShem lo purificó. <sup>20</sup>El rey

mandó por él y lo liberó. El monarca de los pueblos lo soltó. <sup>21</sup>Lo puso como señor de su casa y encargado de todas sus posesiones. <sup>22</sup>Para disciplinar sus ministros a voluntad y a sus ancianos instruir. <sup>23</sup>E Israel llegó a Mitzraim, y Yaacov fue extranjero en la tierra de Jam (Mitzraim). <sup>24</sup>Multiplicó a Su pueblo en gran medida, y lo hizo más fuerte que sus adversarios. <sup>25</sup>Cambio el corazón de ellos para odiar a Su pueblo, y que conspiren contra Sus servidores. <sup>26</sup>Envió a Moshé Su servidor; y a Aharón, a quien eligió. <sup>27</sup>E hicieron ante ellos los prodigios de Sus señales, y Sus maravillas, contra la tierra de Jam. <sup>28</sup>Envió las tinieblas y se oscureció, y no se rebelaron contra Su palabra. <sup>29</sup>Él transformó sus aguas en sangre, e hizo morir a sus peces. <sup>30</sup>Su tierra produjo ranas, en las cámaras de sus reyes (irrumperon). <sup>31</sup>Habló y vino una mezcla de fieras salvajes, (hubo) piojos en todas sus fronteras. <sup>32</sup>Les dio su lluvia, con granizo y llamas de fuego, en su tierra. <sup>33</sup>golpeó sus vides y sus higueras, y quebró los árboles de sus fronteras. <sup>34</sup>Habló y vinieron langostas y saltamontes incontables. <sup>35</sup> Y Comieron toda la hierba de su tierra y comieron el fruto de su suelo. <sup>36</sup>Y golpeó a todo primogénito en su tierra, a los primeros en nacer. <sup>37</sup>Y los sacó con plata y oro, y no hubo en Sus tribus indigente. <sup>38</sup>Mitzraim se alegró de su salida, pues el temor (por Israel) había caído sobre ellos. <sup>39</sup>Extendió una nube como cortina, y un fuego para iluminar la noche. <sup>40</sup>(Israel) pidió, y trajo codornices , y con el pan del cielo los sació. <sup>41</sup>Abrió una roca y fluyeron aguas; corrieron en el desierto como un río. <sup>42</sup>Porque Se acordó de Su santa palabra con Abraham Su siervo. <sup>43</sup>Entonces sacó a Su nación con alegría, a Sus escogidos con canciones. <sup>44</sup> Y les dio las tierras de las naciones, y las posesiones de las naciones heredaron, <sup>45</sup>para que puedan guardar sus estatutos y observar Sus leyes. ¡HaleluYá!

### **Salmo 137**

<sup>1</sup>JUNTO A LOS RÍOS de Babilonia, allí nos sentamos y lloramos, al recordar a Tzión. <sup>2</sup>Allí sobre los sauces, colgamos nuestra arpas. <sup>3</sup>Pues nuestros captosres allí nos pidieron canciones; y nuestros opresores (nos pedían) diversión: “Canten para nosotros, de las canciones de Tzión”. <sup>4</sup>¡Cómo habremos de cantar una canción de HaShem sobre una tierra extraña? <sup>5</sup>Si me olvidare de ti ¡oh Yerushaláim!, que mi diestra olvide su fuerza. <sup>6</sup>Que se

pegue mi lengua a mi paladar si dejo de pensar en ti, si no habré de poner a Yerushaláim por encima de mi alegría. <sup>7</sup>Recuerda, HaShem, a los hijos de Edom, el día (de la caída) de Yerushaláim. Como ellos decían: “¡Destruirla, destruirla, hasta sus mismos cimientos!”. <sup>8</sup>Hija de Babilonia, la que será arrasada: feliz de aquél que te compense por aquello que nos infligiste a nosotros. <sup>9</sup>Feliz será quien agarre y aplaste a tus infantes contra la roca.

### **Salmo 150**

<sup>1</sup>¡HALELUYÁ! Alaben a Dios en Su Templo. Alábenlo en el firmamento de Su fortaleza. <sup>2</sup>Alábenlo mediante (el relato de) Sus poderosos actos,. Alábenlo conforme a Su inmensa grandeza. <sup>3</sup>Alábenlo mediante el toque del Shofar. Alábenlo con el arpa y la lira. <sup>4</sup>Alábenlo con pandereta y danza. Alábenlo con instrumentos y flauta. <sup>5</sup>Alábenlo con instrumentos resonantes. Alábenlo con instrumentos retumbantes. <sup>6</sup>Que toda alma alabe a Dios. ¡HaleluYá! Que toda alma alabe a Dios. ¡HaleluYá!

### **Plegaria Final:**

“Quien dará que venga de Tzión la Salvación de Israel. Cuando haga retornar HaShem a los cautivos de Su pueblo, se alegrará Yaakov, se regocijará Israel. Pues la salvación de los justos viene de HaShem; Él es su fortaleza en tiempos de desgracia. Y les ayudará HaShem y los rescatará de los malvados y los salvará, pues se refugiaron en Él”.

## **7. PLEGARIAS PARA DESPUÉS DE REZAR**

### ***8. El Mejor Remedio (Likutey Moharán II:284)***

Señor del Universo. Fuente de toda alegría: “Alegra el alma de Tu siervo; porque hacia Ti, mi Señor, elevo mi alma”. Ayúdame a conocer los caminos del verdadero regocijo, que la depresión y la tristeza sean llevadas hacia la danza de mi alegría. Así, todas las formas de la tristeza, todos los suspiros y todos los gemidos, se volverán regocijo. Permite que siempre me fortalezca y me inspire con una gran dicha, despertando las Diez clases de Canciones en las que la santa alegría encuentra su plena expresión, y que son expresadas en estos diez salmos que nuestro bendito Rebe Najmán -que la paz sea con él- reveló como el Remedio General. Haz Eterno Rey que siempre pueda regocijar mi alma con radiantes melodías. Entonces me alegraré en Ti Creador nuestro y Te cantaré con canciones y alabanzas, con cantos, himnos y melodías, y siempre estaré pleno de júbilo.

Que mediante la alegría pueda atraer hacia mi vida la fuerza vital de la santidad, fortaleciendo los diez pulsos que están en mí. Así estaré protegido de toda enfermedad, de toda dolencia y daño, tanto físico como espiritual, porque todos ellos provienen de la tristeza y de la depresión. Cúranos, a mí, a todo Tu pueblo Israel y a los Justos de la Naciones; otorganos salud y vida a través de la alegría y del regocijo. Pues esto puede curar todas las enfermedades del mundo, porque la alegría es la fuerza vital de la persona. “Cúranos y seremos curados, sálvanos y seremos salvados, hacia Ti se dirigen nuestras plegarias. Trae una cura a nuestras enfermedades y a todos nuestros sufrimientos”, curación del cuerpo y curación del alma. Amén y amén.

### ***9. Ayuda y Confianza***

Creador Todopoderoso, Tú manejas el mundo con gracia y piedad; lo mantienes aunque no seamos merecedores y nos esperas hasta que regresemos al buen camino. Dame el entendimiento para compadecerme de mi alma y superar todo lo que me impide acercarme a Ti y seguir las leyes de Tú Torá y

fortalecerme ante mis instintos y deseos negativos. Ayúdame a confiar en que siempre nos guiarás y vigilarás que tengamos una vida llena de alegría y bienestar. Amén y amén.

**λ. Simpleza (Likutey Moharán II:440)**

Dios mío, enseñame el camino de la sinceridad y de la simpleza. Pueda ser “sincero contigo mi Dios” y cumplir con Tu voluntad con devoción, con una fe simple y directa, sin sofisticación alguna. Porque Tú sabes que sólo mediante la absoluta simpleza es posible acercarse a Ti, mediante la sinceridad y una fe completa.

Hasta en los más hondo de nuestra caída espiritual, en la amargura de nuestro exilio, hay senderos de simpleza a través de los cuales es posible recibir una nueva vida. Mediante la simpleza podemos encontrar el camino recto y la dirección espiritual, porque es posible hallar a nuestro Dios en todo lugar y en todas las situaciones, no importa cuán lejos hayamos caído.

Todos y cada uno de nosotros tenemos el don de apaciguarte mediante la simpleza en la plegaria y en la súplica, mediante la sinceridad y la fe; porque ése es Tu deseo, tal como se nos ha dicho: “Mis ojos están sobre los fieles de la tierra, para que puedan habitar Conmigo; aquellos que andan por un sendero simple son los que me servirán”. Amén y amén.

**⌚. Oración por el Mundo (Likutey Moharán I:48)**

Que siempre podamos orar por el bienestar del mundo y por la satisfacción de sus necesidades. Que todos los decretos severos dictados en contra del mundo sean anulados mediante nuestras plegarias. En tu gran misericordia, otórganos el conocimiento para saber si el decreto del Cielo aún no ha sido emitido o si ya ha sido sellado, que podamos saber como rogarte. Y en esos momentos en los cuales no es aceptable acercarnos a Ti de manera directa a través de la plegaria, muéstranos cómo investir nuestras plegarias en las conversaciones mundanas. Pero aunque estemos lejos de ese conocimiento y de esa percepción, sabemos que nuestro destino siempre esta en Tus manos y que nada puede interferir con Tu voluntad. “Dios mío, nunca retengas Tu

misericordia de mí; que Tu verdad y Tu bondad siempre me protejan”. Amén y amén.

**7. Superando la Ira (Likutey Moharán I: 261-262)**

Dios mío, pleno de bondad, misericordia y favor. Liberame de la ira y de la cólera. Aunque me enoje -que el Cielo no lo permita-, ten piedad de mí en Tu gran misericordia, y no dejes que me comporte de manera cruel. Que pueda superar mis ardientes emociones y quebrar la ira mediante la misericordia. Ayúdame a mostrar compasión cuando deseo desatar mi furia. Que no albergue en mí un “dios ajeno”, porque el colérico es como un idólatra.

Señor del Universo: Tú sabes cuan difícil es quebrar el rasgo de la ira. Tan pronto como la cólera comienza a arder perdemos el control: es tan difícil extinguir el fuego de la ira. En aras de Tu Nombre, ten misericordia de nosotros. Ayúdanos a eliminar la ira y la cólera de nuestros corazones y a no sucumbir nunca más ante estos sentimientos. Podemos imitar el atributo Divino de buscar el bien para todas las criaturas vivientes, ahora y por siempre. Amén y amén.

**1. Verdad (Likutey Moharán I: 643)**

Dios de Verdad, infunde en mi la verdad que fluye desde Tu esencia. Haz que de ahora en adelante pase de la mentira a la verdad; que pueda percibir la Absoluta Verdad. Haz descender sobre mí Tu Providencia Divina; mantenme bajo tu mirada amorosa y graciosa hasta que retorne a Ti en verdad. Entonces la realidad de “Después de la Creación” – la existencia temporal – se unificará con la realidad de “Antes de la Creación”, la fuente en la eternidad de toda la existencia; y todo se revelará como perfecta Unidad, como perfecta verdad. Amén y amén.

**1. La Esencia del Alma (Likutey Moharán II: 285-287)**

HaShem, Padre nuestro, permite que pueda fortalecerme siempre con gran alegría; una alegría lograda utilizando todas las estrategias y consejos para alborozar el corazón. Así sea buscando los puntos buenos en mí mismo y en los demás, o actuando de manera pueril, con bromas inofensivas y demás,

porque la alegría es nuestra fuente principal de santidad y de vitalidad.

Misericordioso, Creador de toda Curación, Señor de los Milagros, Quien nos redime mediante la alegría, infunde alegría en nuestros corazones, porque Tú conoces todos los secretos de los corazones. Tú conoces todas las estrategias de la Mala Inclinación, la cual constantemente busca derrotarnos hundiéndonos en la depresión. La Mala Inclinación es asombrosamente hábil para engañarnos, vistiéndose incluso con las ropas de los preceptos y llevándonos a pensar que nuestra tristeza tiene una buena justificación, tal como cuando nos hace sentir deprimidos a causa de nuestras transgresiones.

En verdad, todo eso no es más que una trampa, porque se nos ha enseñado que es suficiente con disponer de una hora cada día para considerar y juzgar nuestro comportamiento, para derramar nuestro corazón ante nuestro Creador por todo lo que hemos pasado. Pero el resto del día debemos fortalecernos con la alegría. A veces es necesario incluso forzarnos a sentirnos contentos; porque la alegría es la esencia el alma.

Ten misericordia de nosotros, para que podamos comprender y conocer intuitivamente los diferentes senderos y estrategias para estar constantemente alegres. Permítenos vivir en Tus decretos y cumplir con tus preceptos “con alegría y con un corazón pleno, reconociendo la abundancia del bien”, hasta que alcancemos la verdadera alegría del Futuro.

Podamos ser dignos de contemplar el regocijado círculo que formarán los Tzadikim. Cuando cada uno señalará con su dedo y dirá: “¡Este es Dios! Como esta escrito: “En ese día declararán, “He aquí, éste es nuestro Señor a Quien hemos esperado. ¡Él nos ha salvado! Éste es Dios en Quien hemos esperado. Celebremos y regocijémonos en Su liberación”.

Entonces se cumplirán las palabras de profeta Yeshayahu: “Retornarán los redimidos de Dios y con alegres canciones volverán a Tzión, coronados de eterna alegría. La felicidad y la alegría serán tuyas y desaparecerá la tristeza y el gemido. Porque con alegría saldrás, y en paz serás llevado; las montañas y las

colinas estallarán en canciones delante de ti, y todos los árboles del campo batirán palmas. Porque Dios a consolado a Tzión, ha consolado todas sus ruinas. Él ha transformado sus desiertos en un Edén y sus lugares desolados en un Jardín de Dios. La alegría y el regocijo florecerán allí, el agradecimiento y la canción". Amén y amén.

***ñ. El espíritu de los Tzadikim (Likutey Moharán I: 117-118)***

Dios misericordioso, que el mérito de los verdaderos tzadikim me proteja. Que a través de ellos pueda eliminar todo sentimiento de importancia, al punto en que la comprensión de mi verdadera humildad inunde cada miembro de mi cuerpo. Ayúdame a alcanzar la verdadera humildad y la fe completa, para que ni la mínima traza de orgullo penetre en mi mente y en mi corazón. Ayúdame a superar todas las dudas y la confusión espiritual; que tales sentimientos nunca se presenten en mi corazón ni en el corazón de nadie. Que pueda llegarme el espíritu iluminado de los verdaderos Tzadikim. Que pueda tomar de los manantiales de su sabiduría. Así se enderezará mi tortuoso corazón y siempre estará en consonancia la Divinidad, en verdad, con una fe completa y con humildad.

Haz que este espíritu de iluminación alcance mis manos y mis pies, purificalos de toda imperfección espiritual. Revela la luz de los Tzadikim y haz que pueda brillar. Que mi corazón se ilumine con regocijo en aras de Tu Nombre, hasta que esa alegría se difunda en mis manos y en mis pies, y pueda aplaudir y bailar en un éxtasis sagrado. De este modo se anularán todos los juicios severos y prevalecerán el amor y la compasión. Amén y amén.

***v. Recuperando nuestro verdadero rostro (Likutey Moharán II: 715)***

Señor del Universo, Que conoces todos los pensamientos de mi corazón, ¿Qué puedo decir delante de Ti, Que te encuentras en las alturas más excelsas? ¿Qué puedo expresar delante de Ti, Que habitas en los cielos más elevados? Tú conoces los misterios del universo y los secretos de todas las criaturas vivientes. Tú escudriñas los rincones más ocultos y examinas lo más recóndito de nuestros corazones. Nada Te esta oculto: nada se escapa de Tu



mirada. Bondadoso, Quien es bueno para todo, colmanos con tu bondad e infunde en nosotros el atributo de ser buenos para todo.

Perdóname por todos mis errores, transgresiones y pecados, perdóname por todo el daño físico y espiritual que he producido debido a mi cólera. Ten misericordia de mí y actúa conmigo de acuerdo con Tu verdadera bondad. Quédate siempre conmigo y libérame, para que nunca me encolerice ni me enoje, ni siquiera en mi corazón, con nadie ni con nada en este mundo. Iluminame con la luz de Tu Rostro, y en Tu misericordia restaura esa elevada dimensión de la conciencia que he perdido a causa de mis pecados. Otorgame la imagen Divina – el rostro brillante del Rey Vivo. En tu bondad y gracia, iluminame con la sabiduría sagrada (Jojmá), con comprensión (Biná) y con conocimiento (Daat), para que pueda brillar e irradiar espiritualidad hacia los demás.

Que pueda llegar a ser un verdadero ser humano. Ayúdame a superar mis tendencias animales y ha alcanzar plenamente el nivel de ser humano. Entonces, el temor caerá sobre las bestias predatoras de la tierra y sobre aquellos que buscan dañarme, como está escrito, “Tu temor y terror caerá sobre todas las bestias de la tierra. Que Tu rostro brille sobre Tu siervo; líbrame en Tu bondad. Que Tu rostro ilumine a Tu siervo; enséñame Tus estatutos”. Amén y amén.

### ***↗. El Sendero del Retorno (Manuscrito del Rabí Natán)***

Señor del Universo, Causa de todas las causas: Quien crea todas las cosas: Tú trasciendes todo y nada. Te trasciendes a Ti. Ningún pensamiento puede captarte. “Ante Ti el silencio es alabanza”, porque Tú estás por sobre todas las bendiciones y sobre todas las alabanzas.

Por eso Te suplico, por eso Te ruego: haz un sendero claro, un sendero que atraviese todos los mundos y los niveles espirituales y que llegue incluso a este lugar en el cual me encuentro, de acuerdo al verdadero bien que sólo a Ti te es revelado, a Ti conecedor de los Secretos. Y que mediante este sendero Tu Luz brille sobre mí y me haga retornar a Ti con un corazón pleno, como si Te lo hubiera implorado con el anhelo puro de alguien espiritualmente elevado. No dejes que mi mente se vea turbada

por pensamientos impuros, ni por la confusión ni por pensamientos contrarios a Tu voluntad. Que mis pensamientos sólo se ocupen de temas dignos y sagrados, del servicio Divino, de la percepción Divina y de la sabiduría Divina.

Inclina mi corazón hacia Tu Torá, e infunde dentro de mí un corazón puro, que pueda servirte en verdad. Rescátame, en este mismo instante, y sácame de las profundidades del mar – porque “la liberación de Dios llega en un abrir y cerrar de ojos”. Pueda ser iluminado con la Luz de la Vida todos los días que deba pasar sobre la faz de la tierra.

Pueda renovar los días de mi juventud, esos días en que caminé por la oscuridad, y devolverlos al ámbito de la santidad; de esta manera mi partida del mundo será como mi nacimiento, sin pecado. Dios, haz descender sobre mi Tu favor, para que pueda contemplar Tu amabilidad y explorar Tu palacio, donde todo declara Tu gloria. Amén y amén.

### ***2. Rectificación del Pacto (Rabí Natán) [Sólo para Varones]***

Señor del Universo, Dios vivo y eterno. Vida de toda vida: Dios, Tú estas pleno de amor. Constantemente juzgas al mundo en la escala del mérito. Tu deseo es de amor. El poder de Tu bondad es inmenso. Padre mío, Padre mío. Quien ayuda y redime. Yo sé, Dios, que yo mismo soy culpable: Yo sé que he fallado. Porque incluso si la polución sucedió de manera no voluntaria, fue resultado de no haber cuidado mis pensamientos. Yo tuve pensamientos y fantasías durante el día, y es por esto que llegue a impurificarme durante la noche. Es por eso que hice el daño que hice, causando lo que causé y destruyendo lo que destruí. Mi alma. Mi pobre alma. Yo mismo me he infligido el mal.

¿Qué puedo decir? ¿Cómo puedo justificarlo? ¿Dios ha encontrado mi pecado! Aquí estoy frente a Ti, cargado de culpa, lleno de vergüenza y de turbación, pleno de suciedad, de inmundicias y de vil impurezas. No hay palabras para la indecible lástima de mi situación. Es muy malo. Amargo. La herida llega hasta el alma misma. Cuán grande es mi amargura, ¡Padre en el cielo! ¡Cuán grande es mi tormento, Señor de todos los mundos! Contempla mi suspirar y mi gemido. Pues mi alma esta muy amargada. No se

como puedo vivir debido a la terrible aflicción de mi alma, que se eleva hasta las alturas de los cielos. Estoy asqueado de mi vida. ¿Qué sentido tiene una vida como ésta? Alma mía has bebido y vaciado la copa del dolor.

Señor del Universo, Tú sólo conoces el verdadero grado del daño que ha sido hecho en todos los mundos debido a esto. ¿Cómo puedo repararlo? ¿Cómo puede una persona como yo expiar por lo que he arruinado?

Pero aun así, yo sé y creo con una fe perfecta que no existe en el mundo la pérdida de la esperanza, de modo que aún tengo esperanza. No he perdido mi fe en Dios, porque el amor de Dios nunca se acabará, ni se agotará su piedad.

Señor mi Dios y Dios de mis padres. Dios de Abraham, Dios de Itzjak, Dios de Yaakov. Dios de todos los verdaderos Tzadikim y de los realmente piadosos. Dios de todo Israel, Dios del primero y del último. He venido delante de Ti para pedirte que tengas piedad de mí. Hazme andar en Tus estatutos y guardar Tus leyes. Haz que mi inclinación se someta ante Ti. Retira de mí la mala inclinación, ahora y para siempre. Protegeme y librame de toda clase de malos pensamientos y fantasías. Haz que deje de abusar de la facultad de la vista y del habla. Librame de toda forma de descuidar el Santo Pacto, así sea con el pensamiento, con el habla o con la acción. Quédate siempre conmigo. Guárdame y protegeme de la contaminación, tanto de día como de noche, de ahora y para siempre.

Padre y Rey. Dios vivo y eterno. Redentor mío. Ante Ti extendiendo mis manos. Librame, Sálvame. Libra a aquellos que están en las garras de la muerte. Salva a uno perseguido y culpable como yo. Dame la esperanza de que no me perderé, por favor, no lo permitas Padre. “¿Qué ganancia hay en mi sangre derramada o si desciende a la destrucción? ¿Acaso el polvo Te reconocerá o hablará de Tu verdad?”.

Mis ojos se elevan hacia las alturas. En esta opresión, Señor se Tú mi garante. Señor, se Tú el sostén de Tu siervo para bien. Que no me opriman los arrogantes. No tengo fuerzas a no ser la fuerza de mi boca, para pedir por Tu ayuda. No tengo adonde volverme por

refugio. No tengo a nadie en quien confiar, excepto Tú.

¿En quién o en qué puedo apoyarme? ¿Con qué puedo contar? Sólo en la fortaleza de Tu constante generosidad, en Tu abundante amor y en Tu eterna magnificencia. Y en la fuerza y los méritos de los Tzadikim, que guardaron el pacto con absoluta pureza, una pureza que no tiene igual. Sobre ellos me apoyo para sostén. En sus méritos confiaré y pondré mi esperanza. Porque Tú no abandonarás mi alma en el Sheol. No permitirás que Tú piadoso vea la destrucción.

Señor del Universo. Abre Tu boca a alguien mudo como yo, y envía palabras desde Tu santa morada en los cielos. Envíame las palabras que harán posible que yo pueda conquistarTe, encontrar favor ante Tus ojos y conciliarTe, de modo que en Tu abundante amor y generosidad Tú recibas estos diez Salmos que he recitado delante de Ti como si el mismo Rey David los hubiese dicho. Yo no comprendo el profundo y tremendo significado que yace detrás de las palabras de estos diez Salmos. Todo lo que pude hacer fue decir las palabras. Que este haber pronunciado las palabras sea considerado delante de Ti como si yo hubiera comprendido y tenido la intención de todos los secretos místicos y significados contenidos en ellos.

Que mis palabras encuentren favor delante de Ti, Señor de todas las cosas. Yo arrojo mi carga sobre Ti. Me uno a todos los verdaderos Tzadikim que yacen en el polvo, a todos los santos que están en la tierra. Me uno al *Tzadik, Yesod Olam, Najal Novea Mekor Jojmá*, Rabí Najmán, el hijo de Feiga (que su mérito nos proteja). Como si ellos los hubieran dicho, como si ellos hubieran tenido la intención en estos diez Salmos. A través de sus méritos y fortaleza pueda yo ser digno de despertar y ver reveladas las diez clases de canciones con las cuales está compuesto el Libro de los Salmos: la canción simple, la canción doble, la canción triple y la canción cuádruple. Todas ellas están contenidas en la Unidad de Tu grande y Santo Nombre.

Cuando las letras de Tus dos Santos Nombres *El* y *Elohim* se deletrean plenamente, suman en *guematria* el valor de 485, que corresponde a la *guematria* de la palabra *Tehilim* (Salmos). En

mérito a estos dos nombres, hazme digno de liberar a todas las gotas de simiente que se han desperdiciado en el vientre de la klipá, que las ha consumido. Pues el nombre de la klipá también suma 485, dado que esta klipá es la contraparte del santo Libro de los Salmos. Mediante la fuerza de estos diez Salmos despierta el poder de estos dos Santos Nombres, *El* y *Elohim*, y aniquila, destruye, humilla, desarraiga y anula a la klipá que consumió las santas gotas de simiente. Fuérzala a vomitar a todas ellas. Borra del mundo su nombre y memoria. Y cumple con lo que esta escrito: “Tragó el valor, pero tuvo que vomitarlo. Dios lo sacó desde su mismo vientre”.

Aniquila a todas las klipot que llegaron a la existencia a través de estas gotas. Sácales toda la santa vitalidad que han capturado. Libera todas las chispas de santidad que hayan sido consumidas debido a este pecado, devuélvelas y reúnelas nuevamente en la santidad. Haznos dignos de aceptar sobre nosotros el yugo del reinado del cielo con amor, siempre. Que todos nuestros días nos ocupemos de Torá, de plegaria y de buenas acciones, en verdad y con todo nuestro corazón. Podemos crear cuerpos, recipientes sagrados, para todas las almas que han quedado desnudas debido a nuestros muchos pecados y a través del daño causado por la emisión en vano de las gotas de simiente.

Señor del Universo, de absoluto poder y abundante en fortaleza: Haz lo que debas hacer para hacernos dignos de deshacer el daño al Pacto y el daño a nuestro intelecto, tanto si fue hecho voluntaria, como involuntariamente, bajo presión o intencionalmente. Dios de perdón, perdóname. Tú eres gracioso y dispuesto a perdonar. Permítenos restaurar completamente lo que fue dañado, podamos verlo recuperado en nuestra vida a través del mérito de los santos Tzadikim que están en la tierra.

Perdóname y límpiame de todos los pecados y transgresiones que he cometido contra Ti con mis 248 huesos y mis 365 tendones, tanto con el pensamiento, con la palabra y con la acción, con mis cinco sentidos y con las otras facultades de mi cuerpo, especialmente las transgresiones que he cometido en abuso del Santo pacto que es el epítome de toda la Torá. He hecho lo que es malo a Tus ojos desde mi juventud hasta el día de hoy.

Perdóname por todo Dios de Amor. Restaura todos los Santos Nombres que he dañado. Hazlo en aras de Tu gran Nombre. “Lávame de mi pecado, purifícame de mi transgresión. Limpiame con hisopo y seré puro. Lávame y seré tan blanco como la nieve. Permíteme escuchar regocijo y alegría. Que mis quebrados huesos se alegren. Oculta Tu rostro de mi transgresión y borra todos mis pecados”.

Borra todas mis transgresiones en aras de Ti, como está dicho: “Yo, Yo Mismo soy quien borra todas tus transgresiones, en aras de Mí Mismo. No recordaré tus pecados”. Muéstrame amor y ayúdame en todo momento a través del mérito y la fuerza de los verdaderos Tzadikim. Cuídame siempre y liberame. Dame la fuerza par dominar mi inclinación, subyugar y quebrar mi deseo, y entonces no repetiré el daño que he hecho, no volveré a hacer aquellos que es malo a Tus ojos, no volveré a esta locura. Porque con amor nos has dado Tu promesa de que la plegaria y el ruego pueden ayudar a liberarnos de la mala inclinación y de todo lo que está unido con ella. Ten piedad de mí y dame la fuerza para dominar siempre mi inclinación. Entonces al final, a través de Tu amorosa ayuda, seré digno de alejarla y anularla completamente. Apiádate de mí y ayudame Padre mío, amoroso Padre. Tú que escuchas nuestras plegarias, nuestros clamores, nuestros gemidos y nuestros gritos. ¡Ten piedad!; Ten piedad!; Librame!; Librame!; Ayúdame!; Ayúdame!; Salvame!; Salvame! Que mi sangre no sea vertida por el suelo delante de Ti. No envíes mi alma a la destrucción. Ayúdame a rectificar y hazme digno de estar siempre alegre para alejarme de la transgresión. Así también acuérdate de Israel, de Jerusalén y envía al redentor verdadero. Amén y amén.

### ***↗.Plegaria Especial***

Que sea Tu voluntad, HaShem, Dios nuestro y Dios de los patriarcas de Israel, apiadarte de nosotros y considera la lectura de los capítulos de Tehilim como si hubiese sido dicha por el Rey David -que su mérito nos proteja-, como si hubiésemos tenido en el pensamiento todas las intenciones que es propio tener. Y por el poder de los capítulos y de los versículos, y sus palabras, sus letras, sus vocales y por cada uno de Tus Nombres sagrados escritos en ellos y los que se forman a través de ellos, a través de

las primeras y ultimas letras de las palabras y de las combinaciones de las palabras, y por sus secretos, que Tu misericordia prevalezca sobre Tu enojo y se derrame Tu misericordia sobre Tus atributos para que los juicios sean endulzados y anules de sobre nosotros los hijos de Noaj y de sobre todo Tu pueblo Israel todos los decretos duros y malos.

Y si sus padres ya no están con vida agregar:

*“Y apiádaTe y ten misericordia del ser, espíritu y alma de Tu servidor, mi padre [nombre del padre] hijo de Noaj y Tu servidora mi madre [nombre de la madre] hija de Noaj. Bendícelos, purificalos, que la misericordia de Tu bondad siempre los acompañe y que residan en el refugio del Altísimo y a la sombra de Dios descansen. Y al final de los días levántalos y del arroyo de Tus deleites dales de beber. Guarda sus almas en el lugar de la vida, y que descansen con honor y sean acompañados por la paz”.*

Rompe lo no bueno de cada veredicto que podamos tener y proclama sobre ambos pueblos buenos decretos, anula el plan de nuestros enemigos y frustra sus pensamientos. “Que se apodere de ellos el temor y el miedo, que ante Tu gran poder se queden duros como las piedras”. Y envía una completa curación a todos los enfermos de la casa de Israel y de Noaj, proclama Padre Eterno a los cautivos la libertad y a los prisioneros la liberación. Por favor, HaShem, por los Tehilim que hemos leído, ilumina, irradia, purifica, refina, guarda, protege, ayuda y asiste a las cinco partes de nuestro ser. Y que tengamos el mérito de escuchar las “cinco voces” (Yirmeyahu 33.11), que son: “la voz de la alegría y la voz de la felicidad, la voz del novio y la voz de la novia, la voz de los que dicen: ‘Alaben a HaShem de los ejércitos pues bueno es HaShem, pues para siempre es Su benevolencia’.

Por favor, HaShem, por el mérito de los Tehilim leídos abre para nosotros los hijos de Noaj y para Tu pueblo Israel los Pórticos del Rescate y rescátanos a ambos de la mano de todos nuestros enemigos, rescátanos de todo sufrimiento y calamidad y de todo mal. LevántaTe, ayudáanos y redímenos por Tu benevolencia.

Pues así como esta escrito: “Dios, redime a Israel de todos sus sufrimientos”, así también redímenos a nosotros hijos de Noaj. Y también dice: “La redención enviará a Su pueblo, ordenará por siempre Su pacto”. Y dice: “Ten esperanza en HaShem, Israel, pues en HaShem se encuentra la benevolencia y hay mucho rescate con Él. Y Él redimirá a Israel de todas sus iniquidades”. Así también los Noájidas somos Tu pueblo, y reconocemos delante de Ti, que además de Ti no existe nadie más, pues sólo Tu eres Dios en los cielos y en la tierra, y no hay nadie más. Ten misericordia de nosotros. Por favor, HaShem, bendícenos con la suerte de la vida, con una vida larga, buena y apropiada. Ten misericordia de nosotros y de Tu pueblo Israel y otórganos una larga vida, una vida de paz, una vida de bondad, una vida de bendición, una vida de buen sustento, una vida de buena salud; una vida donde haya temor al pecado, una vida donde no haya vergüenza y deshonra, una vida de riqueza y honor, una vida en la que haya temor por la Torá y temor al Cielo, una vida en la cual cumplas todos los anhelos de nuestro corazón para el bien, y para Tu servicio; y todo esto que sea conforme a Tu voluntad. Pues Tu sabes lo que es mejor para cada uno de nosotros, y es nuestro anhelo hacer Tu voluntad y ser quien Tu quieres que seamos. Que sean gratas la palabras de mi boca y los pensamientos de mi corazón ante Ti, HaShem, mi Hacedor y mi Redentor. Amén y amén.



# Editorial



**LeV BaSaR**

“Comprometidos en la formación de hombres y mujeres que establezcan Justicia, Verdad y Paz”

GRACIAS A LAS APORTACIONES REALIZADAS A TRAVÉS DE:



GENTRO DE ESTUDIOS NOÁJIDA

**LeV BaSaR**



COMUNIDAD NOÁJIDA BRESLEV

AMOR • ALMA • ALEGRIA

**עץ-חיים**

**Etz Jaim - Árbol de Vida**



**BENEI HASHEM**  
INTERNATIONAL SOCIETY